

# **Tunteiden filosofia, jaetut tunnetilat ja empatia**

Tutkielma tunteisiin ja empatiaan liittyvistä teorioista ja niiden eettisistä ulottuvuuksista sekulaarissa ja uskonnollisessa kontekstissa

Elise Liikala  
Systemaattinen teologia  
uskonnonfilosofian pro gradu -tutkielma  
Toukokuu 2020

HELSINGIN YLIOPISTO – HELSINGFORS UNIVERSITET		
Tiedekunta/Osasto – Fakultet/Sektion <b>Teologinen tiedekunta</b>		Laitos – Institution <b>Systemaattisen teologian osasto</b>
Tekijä – Författare <b>Elise Liikala</b>		
Työn nimi – Arbetets titel <b>Tunteiden filosofia, jaetut tunnetilat ja empatia. Tutkielma tunteisiin ja empatiaan liittyvistä teorioista ja niiden eettisistä ulottuvuuksista sekulaarissa ja uskonnollisessa kontekstissa.</b>		
Oppiaine – Läroämne <b>Systemaattinen teologia</b>		
Työn laji – Arbetets art <b>Pro gradu-tutkielma</b>	Aika – Datum <b>Toukokuu 2020</b>	Sivumäärä – Sidoantal <b>116</b>
<p>Tiivistelmä – Referat</p> <p>Käsittelen pro gradu -tutkielmassani tunteiden filosofiaa, jaettuja tunnetiloja ja empatiaa. Tavoitteenani on selvittää etenkin filosofian ja teologian näkökulmista, mitä tunteet ja empatia ovat. Perehdyn uskonnollisiin tunteisiin omana kategorianaan ja selvitän, mikä ero on emotionaalisen tartunnan ja empatian välillä.</p> <p>Käsittelen aiheitani sekä sekulaarissa että uskonnollisessa kontekstissa erilaisten näkökulmien ja esimerkkien kautta. Havainnollistan tunteiden ja empatian merkitystä esimerkkien avulla muun muassa yhteisön jäsenenä toimimiselle, moraaliselle elämälle ja hyvinvoinnille.</p> <p>Tarkastelen sekä tunteiden filosofian ja empatian historiaa että nykytutkimusta. Koska nykyfilosofiassa tunteiden ja empatian ymmärtämiseksi perustietämys luonnontieteellisistä näkökulmista ja ihmisen psykologisista- ja biologisista prosesseista on oleellista, käytän tutkimusmenetelmänä poikkitieteellisen tutkimusaineiston analyysiä.</p> <p>Monia nykyisinkin keskeisiä kysymyksiä on pohdittu jo klassisissa filosofian teksteissä. Perinteisesti tunteiden on ymmärretty olevan fenomenologisia ilmiöitä, joissa yksilön kannalta merkittävät tapahtumat ja impulssit laukaisevat muutoksia kehossa ja käytöksessä. Tunteita on tarkasteltu pelkistetysti kolmen eri teoreettisen viitekehyksen kautta: tunteet on ymmärretty joko kokemuksellisena ilmiönä, arvostelmina tai motivaatioina. Nykyisin ajatellaan yleensä, että tunteet muodostuvat lukuisista komponenteista. Toistaiseksi ei ole kuitenkaan pystytty antamaan vastausta ja selitystä siihen, mikä on tunteiden perusominaisuus tai luonne. Uskonnollisten tunteiden osalta ei ole myöskään olemassa konsensusta. Jotkut pitävät uskonnollista tunnetta erityisenä ilmiönä, kun taas toiset ovat sitä mieltä, että uskonnollisilla tunteilla ei ole uniikkia olemusta. Tunteita pidettiin pitkään järkeen verrattuna alempiarvoisina. Etenkin hyveellisen elämän kannalta järkeä pidettiin ylivoimaisena. Nykyisin tunteiden ja järjen vastakkainasettelu on vähentynyt ja tunteita pidetään yhtenä tiedon lajeista. Tunteet vaikuttavat myös moraalisiin päätöksiin.</p> <p>Tunteet ja empatia ovat vahvasti sidoksissa toisiinsa, mutta empatiassa olemme omien mielentilojemme, kuten tunteiden, ohella tietoisia myös toisten mielentiloista. Empatian on esitetty eroavan jaetuista tunnetiloista esimerkiksi siten, että empatiaa kokeva tiedostaa empatiansa kohteena olevan persoonan ja kykenee erottamaan omat tunteensa toisen tunteista. Jaetussa tunnetilassa tunteen kohde ja tunnetila on yhteinen. Emotionaalisessa tartunnassa ihminen ei välttämättä tiedosta, mihin hänen tunnetilansa alun perin liittyy eikä sitä, kenen tunteesta siinä on kyse.</p> <p>Empatia edistää prososiaalisten asenteiden ja prososiaalisen käyttäytymisen muodostumista. Empatiakyky on luonnollinen ominaisuus, mutta se ei takaa empaattista toimintaa ja toisen kunnioittamista. Empatiaa voidaan systemaattisesti tukahduttaa esimerkiksi joitain ihmisryhmiä epäinhimillistämällä. Vaillinaisen empatiakyky ja asenteelliset ongelmat voivat selittää ihmisten poikkeuksellisen väkivaltaisia tekoja esimerkiksi sotatilanteissa. Empatiavajetta ilmenee myös arkisemmin erilaisten ryhmien välillä.</p>		
Avainsanat – Nyckelord <b>tunteiden filosofia, empatia, jaetut tunnetilat, emotionaalinen tartunta, syrjintä, väkivalta</b>		
Säilytyspaikka – Förvaringställe <b>Helsingin yliopiston kirjasto, Keskustakampuksen kirjasto, Teologia</b>		
Muuta tietoa		

# Sisällysluettelo

<b>1 Johdanto</b>	3
<b>2 Tunteet</b>	4
2.1 Tunteet filosofian varhaishistoriassa	6
2.1.1 Tunteet varhaisten teologien ajattelussa	14
2.1.2 Tunteiden filosofia 1600-luvulta eteenpäin	18
2.2 Tunteiden tutkimuksen nykysuuntaukset	20
2.2.1 Mielentilat ja tunteet	21
2.2.2 Perustunteet ja tunteiden komponentit	23
2.2.3 Erilaisia tunneteorioita	25
2.2.4 Neuropsykologia ja keholliset tunteet	28
2.2.5 Jaettujen ja laajentuneiden tunnetilojen teesi (ExE)	33
2.3 Uskonnolliset tunteet	36
2.3.1 Uskonnollisten tunteiden arvosta ja merkityksestä	47
<b>3 Empatia ja jaetut tunnetilat</b>	53
3.1 Empatia	54
3.1.1 Empatia ja toisen mielen ongelma Lippsin ajattelussa	60
3.1.2 Fenomenologit ja Lippsin teorian kritiikki	63
3.2 Empatiaa selittävä simulointiteoria ja teorettinen teoria	69
3.3 Tunteiden sosiologia	75
<b>4 Empatia, jaetut tunnetilat ja etiikka</b>	80
4.1 Empatian rajallisuudesta	82
4.2 Empatia, kunnioitus ja eriarvoinen kohtelu	86
4.3 Empatian puute ja tappaminen	91
4.3.1 Mekanismit, jotka mahdollistavat eriarvoista kohtelua ja väkivaltaa	94
4.4 Empatian ja tunteiden arvo	100
4.4.1 Empatian ja tunnetaitojen kehittäminen	105
<b>5. Johtopäätökset</b>	107
Kirjallisuus	110

# 1. Johdanto

Tässä pro gradu -tutkielmassa tarkastelen tunteiden filosofiaa, jaettuja tunnetiloja ja empatiaa. Tavoitteenani on selvittää etenkin filosofian ja teologian näkökulmista, mitä tunteet ja empatia ovat. Tutkin siis (i) *mistä* tunteet koostuvat eli mitä tarkemmin ottaen koetaan ja jaetaan, kun jaamme tunnetiloja ja (ii) *miten* empatia tunteiden ja mielentilojen jakamisen mekanismina mahdollisesti toimii. Käsittelen aiheeni sekä sekulaarissa että uskonnollisessa kontekstissa erilaisten teorioiden ja esimerkkien kautta, jotka havainnollistavat lisäksi tunteiden ja empatian merkitystä muun muassa yhteisön jäsenenä toimimiselle, moraaliselle elämälle ja hyvinvoinnille.<sup>1</sup>

Tunteiden ja empatian tutkimuskenttä on valtavan laaja ja tunteisiin liittyviä aiheita käsitelläänkin eri tieteidenaloilla. Jotta nykyteologit ja -filosofit voisivat analysoida tunteita ja luoda niistä teorioita, heillä on oltava vähintään perustason ymmärrys esimerkiksi tunteisiin liittyvistä luonnontieteellisistä näkökulmista ja ihmisen psykologisista- ja biologisista prosesseista. Filosofit Andrea Scarantino ja Ronald de Sousa ovatkin esittäneet, että poikkitieteellinen tutkimus on nykyisin paras mahdollinen lähtökohta niille, jotka haluavat kehittää tunteisiin liittyviä teorioita. He pitävät oleellisena etenkin neurotieteellisen, evoluutiobiologian ja psykologisen tutkimuksen tuntemusta.<sup>2</sup>

Tunteiden tutkimuksessa ei ole yhtä vallalla olevaa teoriaa, vaan lukuisia erilaisia näkökantoja, joita eri alojen asiantuntijat puolustavat. Monet teoriat ovat nykyisin hybridejä eli sekoituksia erilaisista teorioista. Tutkielmassani luon katsauksen tunteiden kompleksiseen ja sirpaloituneeseen tutkimuskenttään ja siihen paikoin melko hankalakulkuiseenkin maastoon, johon tunteista ja empatiasta kiinnostunut teologi ja filosofi joutuu saappaansa upottamaan. Tutkimusmenetelmänä on poikkitieteellisen tutkimusaineiston analyysi. Sen sijaan, että olisin valinnut tutkielmani aiheeksi vain yhden teorian tai teoreetikon tarkastelun, olen valinnut esitellä akateemisessa keskustelussa joitakin tällä hetkellä esillä olevia merkittäviä teorioita ja niiden päänäkökulmia. Valintojeni

---

<sup>1</sup> Henkilökohtaisesti minua kiinnostaa se, miten kokemukset toisen ihmisen mielen ja tunteiden tavoittamisesta ja eri asteisista yhteydenkokemuksista eri ihmisten välillä selittyvät ja voiko teoreettisen ymmärryksen ja/tai käytännöllisten menetelmien kautta tukea sellaisia inhimillisiä kohtaamisia, joissa koemme tulevamme erityisen syvästi kohdatuiksi (kenties jopa jollakin uniikilla metafyyisellä tasolla).

<sup>2</sup> Scarantino & de Sousa 2018. Eri tieteenaloilla tunteita tutkitaan eri näkökulmista. Filosofissa ollaan yleisesti ottaen kiinnostuneita muun muassa kysymyksistä, mitä tunteet ovat, mikä merkitys niillä on ihmisarvoisen elämisen kannalta, mikä on tunteiden ja tiedon suhde ja miten tunteet ja moraaliset päätökset mahdollisesti kytkeytyvät toisiinsa.

pohjalta on uskoakseni mahdollista rakentaa hyvä perusymmärrys monista oleellisimmista kysymyksenasetteluista ja haasteista, jotka koskevat tunteiden filosofiaa ja empatian tutkimuskenttää.

Teoreettisen käsittelyn ohella tuon esille tunteisiin ja empatiaan liittyviä käytännön ulottuvuuksia, kuten tunteisiin liittyviä mahdollisia odotuksia ja rajoituksia uskonnollisissa yhteisöissä. Keskityn tutkielmani loppupuolella etenkin väkivaltaan ja vastaan kysymykseen, miten on selitettävissä, että empatiaan kykenevänä lajina olemme kykeneviä myös hirmutekoihin, kuten toisten ihmisten tappamiseen. Toisin sanoen, miksi empatiakyky itsessään ei riitä takaamaan empaattisia tekoja ja arvostavaa kohtaamista.

Aloitan tutkielmani pohjustamalla, mitä jotkut merkittävät filosofit ja teologit ovat ajatelleet tunteista aikaisempina vuosisatoina. Sen jälkeen esittelen joitakin nykyisin vallalla olevia tunneteorioita ja perehdyn uskonnollisiin tunteisiin omana kategorianaan. Erittelen jaettuja tunnetiloja ja empatiaa sekä selvitän esimerkiksi fenomenologisten näkökulmien kautta eroa emotionaalisen tartunnan ja empatian välillä. Pohdin tunteiden sekä empatian arvoa ja merkitystä sosiaalisille suhteille ja moraalisille elämälle. Lopuksi tarkastelen empatian ja väkivallan suhdetta ja selvitän, onko tunnetaitoja ja empatiaa kannattavaa ja mahdollista kehittää.<sup>3</sup>

## 2. Tunteet

Tutkielmani osoittaa, että tunteet ovat olleet – ja ovat edelleen – aihe, joka kiehtoo filosofeja ja tutkijoita useilla tieteenaloilla. Suurin osa arvostetuista filosofiista on luonut omaa teoriaansa tunteista ja tallentanut tunteisiin liittyviä näkökulmiaan. Monia nykyisinkin keskeisiä kysymyksiä on siis pohdittu jo klassisissa filosofian teksteissä.<sup>4</sup> Nykyfilosofit Andrea Scarantino and Ronald de Sousa eivät ole tästä yllättyneitä, sillä heidän mielestään tunteet ovat kaikista merkittävimpiä ihmismieleen liittyviä tekijöitä, jotka vaikuttavat kokemukseemme elämän merkityksestä ja sen laadusta. He toteavat, että tunteet tekevät elämästä elämisen

---

<sup>3</sup> Scarantino & de Sousa 2018. Kun viitataan kirjallisuuteen ilmoitan edesmenneiden henkilöiden kohdalla syntymä- ja kuolinvuoden. Joillakin kirjoittajista on useita titteleitä, mutta esittelen tutkijat sillä tittelillä, joka on aihealueen kannalta oleellinen. Olen viitannut paikoin kirjallisuuteen, joissa viitataan edelleen muihin teksteihin. En ole katsonut ajankäytöllisesti mahdolliseksi tarkastaa kaikkia viittauksia erikseen. Kirjallisuusluettelossa listattujen henkilöiden lisäksi pro gradu -tutkielmani hyväksi ovat siis kontribuoineet useat muutkin tutkijat.

<sup>4</sup> Niiniluoto 1997, 8; Knuuttila 2004; Scarantino & de Sousa 2018.

arvoisen, mutta ne saattavat valitettavasti joskus ajaa ihmiset myös epätoivoon ja itsetuhoiseen käyttäytymiseen.<sup>5</sup>

Tunteiden on perinteisesti ymmärretty olevan fenomenologisia ilmiöitä, joissa yksilön kannalta merkittävät tapahtumat ja impulssit laukaisevat muutoksia kehossa ja käytöksessä. Toisin sanoen tunteet ovat sisäisten tai ulkoisten syiden aiheuttamia vaikutuksia ihmisen mielessä.<sup>6</sup> Perinteisesti tunteita on tarkasteltu pelkistetysti kolmen eri teoreettisen viitekehyksen kautta: tunteet on ymmärretty joko kokemuksellisenä ilmiönä, arvostelmina tai motivaatioina. Jokainen näistä lähestymistavoista tavoittaa jotakin oleellista ja totta tunteisiin liittyen, mutta mikään lähestymistapa ei ole yksiselitteisesti ongelmaton.<sup>7</sup>

Suomen kielen sana tunne on kotimainen termi. Tunteista puhuttaessa käytetään toisinaan myös lainasanaa affekti. Affekti tulee latinan verbistä *affire*, vaikuttaa. Sen pohjalta tunteet voidaan ymmärtää mieleen kohdistuvina vaikutuksina: mielenkiihotuksina, mielenjärkytyksinä tai mielenliikuteina. Samasta ideasta juontaa tunne-sanan ohella käytetty sana emotio. Emotio on johdettu latinan sanasta "*emovere*", joka tarkoittaa liikuttamista, siirtämistä ja liikkeelle panoa. Tunteiden kokemiseen liittyykin usein ajatus liikuttumisesta. Klassisen käsityksen mukaan tunteet ovat ihmisen sielunelämän passiivinen osa eli ihmiseen kohdistuvia vaikutuksia, jotka ottavat meidät valtaansa. Sana passiivinen pohjautuu puolestaan kreikan tautia tarkoittavaan *pathos*-sanaan. Sen johdannaisia ovat esimerkiksi passio (intohimoinen tunne ja kärsimys), paatos (mahtipontisuus ja kiihko) ja empatia.<sup>8</sup> Käytän tekstissäni pääosin sanaa tunne tai emotio kuvaamaan kokonaista emotionaalista kokemusta. Niiden vastine englanninkielessä on *emotion*. Käytän sanaa tuntemus, kun viittaa englanninkieliseen sanaan *feeling*. On syytä huomata, että eri lähdemateriaaleissa samoja sanoja on saatettu käyttää toisistaan poikkeavissa merkityksissä. Sanojen käyttötavasta ei vaikuta olevan täysin yhdenmukaista ja selvää konsensusta.

Tunteiden luokittelussa käytetään yleisesti erilaisia kriteerejä. Niitä on pyritty jaottelemaan esimerkiksi kehollisuuden, laadun, voiman ja kestävyysperusteella. Joskus keholliset eli aistilliset tunteet (kuten tuska, nautinto ja kipu) on eroteltu omaksi luokakseen varsinaisiin eli kehottomiin ja epäaistillisiin tunteisiin (kuten rakkaus, pelko, häpeä, viha, katumus ja hartaus) ja

---

<sup>5</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>6</sup> Niiniluoto 1997, 7; Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>7</sup> Knuuttila 2018.

<sup>8</sup> Niiniluoto 1997, 7.

pidempikestoisiin tunnelmiin eli mielialoihin (kuten iloisuus, surumielisyys ja alakuloisuus) nähden.<sup>9</sup>

Tunteita pidettiin pitkään järkeen verrattuna alempiarvoisina. Etenkin hyveellisen elämän kannalta järkeä pidettiin ylivoimaisena. Nykyisin tunteiden ja järjen vastakkainasettelu on kuitenkin vähentynyt ja tunteita pidetään yhtenä tiedon lajeista.<sup>10</sup> Teologi ja lähetyssaarnaaja Jonathan Edwards (1703–1758) esitti, että pyhät affektit eivät pelkästään kuulu aitoon uskontoon vaan ne ovat oleellinen osa sen perustusta. Hän ajatteli, että uskonto on käytäntöä, jossa Jumalan luoman ihmisen toiminnallisuus ja teot kumpuavat pitkälti tunteellisuuden lähteestä. Tunteet, kuten rakkaus, toivo, pelko, viha, into, kiintymys ja halu liikuttavat meitä. Hän oli vakuuttunut, että ilman tunteita ihmiskunnan keskuudessa ei olisi mitään vilpitöntä ja tavoitteellista toimintaa. Tunteiden voimalla ihmiset tekevät sen mitä tekevät. Ilman niitä maailma olisi kuvainnollisesti liikkumaton ja kuollut.<sup>11</sup> Seuraavaksi esittelen monien muidenkin historiassa vaikuttaneiden ajattelijoiden näkökulmia tunteista. Sen jälkeen esittelen nykyisiä tunneteorioita ja perehdyn uskonnollisiin tunteisiin.

## **2.1 Tunteet filosofian varhaishistoriassa**

Antiikin Kreikassa noin vuosina 420–350 eKr. elänyt Platon esitteli ensimmäisenä filosofisen tunneanalyysin. Filosofi Aristoteles (384–322 eKr.) jatkoi kehittämällä hänen teorioitaan eteenpäin. Kaikki antiikin ja keskiajan tunneteoriat olivat kognitiivisia, eli niihin kuului ajatus siitä, että tunteen kohde määritellään joko epämiellyttäväksi tai miellyttäväksi sen perusteella, pidetäänkö sitä hyvänä vai pahana itselle. Platon ja Aristoteles ajattelivat, että sielussa on erilaisia tasoja, joista järki on korkein. Tunteilla on kuitenkin oma tehtävänsä. Antiikin aikoina vaikuttaneet stoalaiset suhtautuivat Platonia ja Aristotelesta kriittisemmin tunteisiin. He pitivät tunteita virheellisinä järjen arvostelmia, jotka eivät heidän mielestään antaneet oikeaa kuvaa todellisuudesta ja itsestä. Antiikissa ja keskiajalla Platonin ja Aristoteleen näkökulmat olivat stoalaisiin verrattuna

---

<sup>9</sup> Niiniluoto 1997, 7. Tässä on kuvattu Thiodolf Reinin (1838–1919) jaottelua, jota Niiniluoto tekstissään esittelee. Tutkielmastani käy kuitenkin jatkossa ilmi, ettei dikotominen jako kehollisiin ja kehottomiin tunteisiin ole nykytiedon valossa välttämättä mahdollista.

<sup>10</sup> Niiniluoto 1997, 99.

<sup>11</sup> Edwards, 2003 [1746], 96–97.

vaikutusvaltaisempia.<sup>12</sup> Tarkastelen seuraavaksi kutakin näkökulmaa hieman tarkemmin.

*Valtio*-teoksen IV kirjassa Platonin esittämä teorian sielun kolmesta osasta on ensimmäinen yksityiskohtainen ja systemaattinen esitys tunteista kokemuksellisina tiloina<sup>13</sup>. Platonin ajattelussa sielu rakentui kolmesta tasosta, joita olivat järkisielu eli *logistikon*, intosielu eli *thumoeides* ja halusielu eli *epithumetikon*<sup>14</sup>. *Filebos*-dialogi on myös historiallisesti merkittävä, koska se on tiettävästi ensimmäinen yritys systemaattisesti eritellä, mikä tekee tunteesta miellyttävän tai epämiellyttävän. Aristoteles puolestaan esittelee yksityiskohtaisen analyysin tunteista teoksessaan *Retoriikka*. Siinä hän erottaa toisistaan neljä erilaista tunnekomponenttia tai osatekijää: 1. kognitiivisen, 2. psyykkisen, 3. käyttäytymiseen liittyvän ja 4. psykosomaattisen/kehollisen osatekijän.<sup>15</sup> Kognitiivinen osatekijä voi olla esimerkiksi spontaani arvoarvostelma jostakin asiasta tai henkilöstä, jonka perusteella ihminen määrittelee, onko asia itselle hyvä vai paha. Tästä seuraa psykologisesti epämiellyttävä tai miellyttävä tuntemus, joka vaikuttaa ihmiseen kokemuksellisesti. Syntyneeseen tunteeseen liittyy useimmiten sille ominainen käyttäytymisimpulssi. Lisäksi tunteeseen kuuluu yleensä sen psykosomaattisen luonteen mukaisesti kehollinen muutos, joka voi ilmetä esimerkiksi ilmeen vaihtumisena tai sydämensykkeen nousuna.<sup>16</sup>

Platonin mielestä ihmisen elämän päämääränä on kehittää sielun kuolematonta osaa eli järkeä sekä hillitä intosielun ja halusielun toimintaa filosofian avulla. Vaikka muut kaksi sielunosaa ovat järkeen verrattuna alempiarvoisia, intosielun voimat voidaan kuitenkin valjastaa järkisielun tavoitteiden saavuttamiseksi ja halusielun hillitsemiseksi. Halusielu estää järkisielun toimintaa, koska sen taipumus hamuta aistillisia nautintoja ja vältellä kärsimystä häiritsee ihmisen keskittymistä ja huomion suuntaamista niitä tärkeämpiä tavoitteita kohtaan, jotka ovat ristiriidassa halusielun tavoitteiden kanssa. Halusielun ainoa tärkeä tehtävä oli Platonin mielestä ihmisen ruumiillisista tarpeista ja terveydestä huolehtiminen.<sup>17</sup> Halusielu varmistaa, että ihmisellä on esimerkiksi nälkä ja jano.

---

<sup>12</sup> Knuuttila, 2018.

<sup>13</sup> Knuuttila 2004, 5.

<sup>14</sup> Robinson 2000, 45; Knuuttila, 2004, 7; Knuuttila 2017, 118.

<sup>15</sup> Knuuttila 2004, 5 & 20.

<sup>16</sup> Knuuttila 2017, 121.

<sup>17</sup> Knuuttila, 2004, 11.



Vaikka Aristoteles perusti ajattelunsa Platonin tunneteoriaan, hänen asennoitumisensa tunteisiin on myönteisempi. Platonin mukaan tunteisiin sisältyy vääriä arvostelmia. Hänen mielestään ihmisen tulee jatkuvasti kontrolloida tunteiden aiheuttamia impulsseja, sillä ne sitovat sielun maallisiin asioihin tavalla, joka häiritsee sielun korkeimman osan, eli järjen, toimintaa. Aristoteles on erimieltä ja esittää, että tunteet ovat hyvän elämän perusta. Ihmisen on vain syytä oppia tuntemaan oikealla tavalla ihmisyhteisössä ja yhteiskunnassa vallitsevien käytäntöjen mukaisesti.<sup>18</sup> Jotta tunnejärjestelmä edistäisi hyveellistä elämää ja auttaisi ihmistä tuntemaan kohtuudella, ei liian paljon eikä liian vähän, ihmisen tulee saada monipuolinen ja oikeanlainen kasvatus, jota on nimitetty sittemmin artistoteeliseksi hyvekasvatukseksi.<sup>19</sup>

Platon esittelee kuitenkin *Faidros*-dialogissa muusta kriittisemmästä tunnefilosofiastaan poikkeavan myytin, jossa hän vertaa kolmiosaista sielua hevosvaljakkoon. Järki ohjastaa kahta hevosta, jotka edustavat myytissä intosielua ja halusielua. Vaikka järjen on tehtävä paljon työtä kontrolloidakseen hevosia, hevoset ovat lopulta ne, jotka antavat innon ja voiman liikkeeseen. Intosielun haluja on helpompi ohjata kohti järjen päämääriä. Halusielua eteenpäin ajavana vimmana toimii aistillisen rakkauden voima, jonka hillitseminen ja ohjailu on paljon haastavampaa.<sup>20</sup>

Järkisielu rakastaa sen sijaan viisautta, sillä järkisielun halu ja nautinto kohdistuvat totuuteen ja viisauteen.<sup>21</sup> Dialogissa *Pidot* Platon keskittyy rakkauden erilaisiin ilmentymiin. Dialogissa esitetään muun muassa, että rakkaus on Jumalan aikaansaama hyve tai Jumala itse. Jokaisen tulisi seurata Rakkautta, koska Rakkaus tyhjentää ihmisen tyytymättömyydestä ja täyttää heidät kiintymyksellä. Rakkaus on paras opas kohti hurskasta elämää, jossa ihminen tavoittaa hyvyyden ja kykenee välttämään pahaa. Dialogissa esiintyvä Sokrates esittelee lisäksi Diotima-nimisen mantinealaisen papittaren näkemyksiä rakkaudesta. Diotiman mukaan rakkaus ei ole jumala, muttei myöskään kuolevainen. Rakkaus on kuten kaikki henget, jotakin sellaista, mikä ilmenee maallisen ja jumalallisen välissä. Rakkauden mysteereihin perehtymällä ihminen kehittyy rakastamaan yhä

---

<sup>18</sup> Knuuttila 2004, 5–6.

<sup>19</sup> Knuuttila 2017, 120–121, 124.

<sup>20</sup> Knuuttila, 2004, 7–8, 12–13; Knuuttila 2017, 122. Knuuttilan mukaan Platon oli ainakin jossain määrin tietoinen kolmiomallinsa rajoitteista, koska *Valtio*-teoksessaan hän mainitsee, että sielussa saattaa olla enemmän kuin kolme osaa.

<sup>21</sup> Knuuttila, 2004, 12. Filosofia-sana tarkoittaa sekin viisauden rakastamista. Se muodostuu kreikan kielen sanasta *filia*, joka tarkoittaa ystävyyttä tai rakkautta ja sanasta *sofia*, joka tarkoittaa viisautta.

korkeampia asioita. Aluksi hän oppii ymmärtämään, että yksittäisen ihmisyyksilön ulkoiseen kauneuteen suuntautuva rakkaus on vähäpätöistä. Hän havaitsee, että mielen kauniiden ominaisuuksien rakastaminen on jalompaa. Myöhemmin hän alkaa rakastaa lakia ja erilaisia hyviä asioita edistäviä instituutioita. Lopuksi hän kykenee kokemaan rajatonta rakkautta kaikkeutta kohtaan ja näkee maailmankaikkeuden jokaisessa osassa ilmenevän kauneuden. Viisaus itsessään on Diotiman mielestä kaikista kaunein asia ja rakkaudessa on kyse tästä kauneudesta.<sup>22</sup>

Eroottisella rakkaudella on siis Platonin ajattelussa tietynlainen ylevöittävä suunta, joka voi kohdistua järkisielen kanssa samoihin päämääriin. Filosofi Simo Knuuttilan mielestä tämä näkemys tunteista kognitiivisen toiminnan parina syvensi Platonin kiinnostusta tunteiden psykologiaa kohtaan. Intosielen myönteisenä tunteena Platon pitää häpeää, sillä se esti ihmistä pilaamasta mainettaan väärällä toiminnalla. Platon suhtautuu teoksessa *Lait* myös myönteisesti kohtuullisiin tunteisiin, hillittyyn suuttumukseen ja itsevarmuuteen. Tästä huolimatta Platonin näkökanta tunteisiin on hänen julkaisuissaan varautunut. Tunteet ovat pääosin epämääräisiä sekoituksia nautintoa ja kärsimystä. Tunne ei hänen mielestään ole myöskään tiedon hankinnassa luotettava indikaattori.<sup>23</sup>

Aristoteleen mukaan ihminen on luonnostaan sosiaalinen ja rationaalinen olento ja tunteet kuuluvat sosiaaliseen kanssakäymiseen. Sosiaalisissa tilanteissa kehittyvät ja esiintyvät tunteet olivat hänestä mielenkiintoinen analyysin kohde. Aristoteles oli kiinnostunut etenkin siitä, miten ihmiset voisivat oppia käyttämään tunteitaan oikealla tavalla, niin että ne edistäisivät hyvää elämää yhteiskunnassa.<sup>24</sup>

Aristoteles ajatteli, että tunteet ovat sielen kyky, jonka avulla ihminen voi luoda tunteisiin perustuvia arvostelmia. Toisin sanoen ihminen voi niiden avulla määritellä, onko jokin asia hyväksi vai pahaksi. Kuten muutkin ihmisen sielulliset kyvyt, tunteita on mahdollista kehittää, niin että ne muuttuvat hyveellisiksi taipumuksiksi (*hexis*). Hyveellinen ihminen kokee tunteita, kuten vihaa, sääliä ja halua, mutta kohtuullisesti. Tämä tarkoittaa sitä, että hänen tunteensa suuntautuvat oikeisiin (lue hyveellisiin) kohteisiin, oikealla tavalla, oikealla hetkellä ja oikeissa

---

<sup>22</sup> Plato, 2001 [c.387–355 BCE], 7, 15, 18, 22–23, 26–27.

<sup>23</sup> Knuuttila, 2004, 12–13, 15, 25.

<sup>24</sup> Knuuttila, 2004, 25.

tilanteissa. Jos ne kohdistuvat ihmiseen, niin ne kohdistuvat oikeanlaisiin ihmisiin oikeanlaisten syiden takia.<sup>25</sup>

Aristoteles hyväksyi siis tunteet osaksi hyvää elämää ja suhtautui myös ymmärtäväisesti ihmisen kiintymisen maallisiin asioihin, joita ihmiset pitivät itselleen tärkeinä. Hän käsitti, että ihmiset reagoivat tunteella, kun jokin heidän arvostamansa asia on uhattuna tai he saavuttavat tai menettävät jotakin itselleen mieluisaa. Knuuttila toteaa, että tässä suhteessa Aristoteles erosi kaikista muista antiikin ajan filosofiasta.<sup>26</sup>

Toisin kuin Platon ja Aristoteles, jotka ajattelivat, että tunteet ovat luonnollinen osa ihmistä, stoalaiset väittivät, ettei sielu tarvitse niitä. Ideaalitilanteessa ihminen kykenisi elämään täysin ilman tunteita.<sup>27</sup> He eivät kannattaneet Platonin ja Aristoteleen esittämää psykologisten tasojen teoriaa, vaan pitivät ihmissielua enemmän ja vähemmän kehittyneenä järkiolentona, joka on osallinen jumalallisesta järjestä.<sup>28</sup>

Vuosisatojen ajan tunteiden ja järjen välillä nähtiinkin teoriasta riippuen isompi tai pienempi jännite, joka yhdistettiin usein jumalallisen ja maallisen, tai jumalallisen ja eläimellisen puolen vastakkainasetteluun. Platonin ajattelussa jännite esiintyy *Timaios*-teoksen myytissä. Siinä jumalat luovat ihmisen mallintamalla universumin pyöreää muotoa. Ihmisestä ja jumalallisen järjen asuinsijasta tehdään siis pyöreä (pää). Jotta ihminen voisi liikkua ja toimia maailmassa, jumalien on lopulta pakko luoda pyöreälle ihmiselle myös erilaisia halutiloja omaava keho jalkoineen ja käsineen. Ihmiselämän draama ja tragedia muodostuu järjen yrityksistä ja ponnistuksista, joilla se yrittää kaitsea kehoa ja sen haluja hyveellisiä päämääriä kohti.<sup>29</sup>

Platonille tunteet olivat näin ollen järjen apureita, mutta stoalaiset näkivät ne haitallisina ja virheellisinä mielen arvostelmina, jotka perustuvat ihmisen taipumukseen ylentää itsensä maailman keskipisteeksi. Stoalaisten mukaan yksittäinen ihminen on suuremman kosmisen järjen ilmentymä. Ihmisten olisi tästä syystä tavoiteltava yhtymistä kosmiseen järkeen, jonka osia he ovat ja opetella elämään kokonaan ilman tunteita.<sup>30</sup> He päättelivät, että ihmisellä on kutsumus toimia järjen lähettiläänä ja elää ihmisen jumalallisen luonnon

---

<sup>25</sup> Knuuttila, 2004, 25–26.

<sup>26</sup> Knuuttila, 2004, 26.

<sup>27</sup> Knuuttila 2004, 6.

<sup>28</sup> Knuuttila 2017, 122.

<sup>29</sup> Plato 2000 [c. 360 BCE], 16–17; Haidt, 2001, 815.

<sup>30</sup> Knuuttila, 2004, 6.

mukaisesti. Suurin osa ihmisistä seuraa kuitenkin ailahtelevia tunteita ja henkilökohtaisia sekä itsekeskeisiä mielitekoja. Tällainen käytös on normaalia lapsille, joiden järki ei ole vielä kehittynyt. Aikuisten tulisi sen sijaan irtautua tunteista ja saavuttaa stoalaisen elämänskatsomuksen ja stoalaisen koulun kasvatusohjelmaan kuuluneen tunneterapian avulla tila nimeltä *apatheia*, jossa he irtautuvat tunteista.<sup>31</sup> He olivat vakuuttuneita, että oikea filosofinen ajattelu ja järjen kehittäminen, *eupatheiai*, eli tässä tapauksessa oikeanlainen käsitys maailman ja ihmisen luonteesta takaa *apatheian* ja hyvän elämän, jossa yksilö ymmärtää omien halujensa yhdenmukisuuden suhteessa kosmisen moraalin vaatimuksiin.<sup>32</sup> Stoalaiset suhtautuivat tunteisiin kielteisesti, mutta laativat silti edeltäjiään huomattavasti yksityiskohtaisempia luetteloita, joissa he kuvasivat erilaisia tunnetyyppejä. Luetteloiden tarkoitus oli terapeutinen. Niiden avulla pyrittiin tunnistamaan ja yksilöimään sairauden lajit. Jotkin stoalaiset tunteiden luokitukset tulivat suosituiksi ja käyttöön myöhemmässä filosofiassa riippumatta siitä, suosivatko niitä käyttävät filosofit stoalaista tunneteoriaa yleensä.<sup>33</sup>

Antiikissa stoalaista tunneterapiaohjelmaa pidettiin usein muiden filosofien taholta epärealistisena ja sen teoriaa tunteista virheellisenä. Suosituin vaihtoehtoisista näkemyksistä oli Platonin sielun kolmijakoon perustuva tunteiden hallintaan liittyvä kasvatusohjelma. Sen tavoitteena oli tunteiden alistaminen järjen kontrolliin, mutta ei niiden hävittäminen. Tavoitetilasta käytettiin nimitystä *metriopatheia*.<sup>34</sup>

Filosofi Epikuroksen (341–270 eKr.) mukaan nimetyssä epikurolaisessa terapiassakin tunteita pyrittiin kontrolloimaan, mutta epikurolaiset tavoittelivat elämässä erityisesti nautintoa. Epikurolaiset ajattelivat, että vääränlaisen halut ja tunteet aiheuttavat kärsimystä. Filosofian avulla kärsimyksistään vapautuva ihminen saa kokea rauhaa ja mielenrauhaa tavoittaessaan tilan, jota kutsuttiin nimellä *ataraxia*. Täydellisen hyvään elämään ja onneen kuului mielenrauhan lisäksi ruumiin vapaus sairaudesta ja kivusta.<sup>35</sup>

Knuuttilan mukaan käytössämme ei ole lähteitä, jotka kuvaisivat yksityiskohtaisesti epikurolaista tunneteoriaa. Se tiedetään, että muiden antiikin ajattelijoiden tavoin, arvostelmat ja tunteet liittyivät heidänkin mielestään

---

<sup>31</sup> Knuuttila, 2017, 122.

<sup>32</sup> Knuuttila, 2004, 6; Knuuttila, 2017, 122.

<sup>33</sup> Knuuttila, 2017, 123–124. Stoalainen malli jakaa tunteet neljään päätyyppiin, joita ovat toivo, pelko, suru ja ilo.

<sup>34</sup> Knuuttila, 2017, 124.

<sup>35</sup> Knuuttila, 2004, 6 & 80–81.

toisiinsa. Kipu ja nautinto olivat yksinkertaisia tuntemuksia, jotka olivat samantapaisia kuin aistihavainnot. Muut tunteet, kuten rakkaus, pelko, viha ja kiitollisuus sisälsivät nekin aistimuksia, mutta niiden kohdalla keskityttiin lähinnä siihen, olivatko ne laadultaan nautinnollisia vai epämiellyttäviä. Yleensä ottaen Epikuros ajatteli, että tunteet luovat uhkan mielenrauhalle. Filosofisesti edistynyt ihminen koki vain harvoja tunteita ja niitäkin vain kohtuudella.<sup>36</sup>

Epikuroksen mukaan esteitä ihmisen onnellisuudelle olivat myös sekä jumalien- että kuolemanpelko, joita vastaan hänen filosofiset tekstinsä toimivat lääkkeenä. Hän piti yhteiskunnassa yleisesti vallitsevaa ajattelua, arvoja ja kasvatusta huonoina, sillä ne häiritsivät hänen mielestään ihmisen luonnollista käytöstä. Epikuroksen mukaan hyvää elämää edistikin asuminen vääränlaisia arvoja ylläpitävän yhteiskunnan ulkopuolella ystävien ja läheisten kanssa. Ihminen, kuten eläimetkin, suuntautuu luonnostaan kohti nautintoa eli hyvää ja välttää sitä, mikä on pahaa. Luonnollisten halujen kohteet on helppo saavuttaa ja tyydyttää. Kohtuullinen määrä omaisuutta ja ihmissuhteita on riittävästi. Luonnolliset taipumukset muuttuvat haitallisiksi, kun ihminen altistuu yhteisössään väärille uskomuksille, joihin lukeutuu esimerkiksi maineen ja luksuksen tavoittelu. Niitä hamuavat ihmiset uskovat saavuttavansa kyseisten asioiden kautta onnen, mutta huomaavat, että tyhjänpäiväiset viehtymykset ja haitalliset tunteet ajavat heitä loputtomasti eteenpäin. Mikään, mitä he saavuttavat, ei tunnu riittävältä. Hän sääli ihmisiä, joiden toimintaa ohjaili turhanpäiväisten maallisten päämäärien metsästys. Hän suhtautui säälivästi myös ihmisten kaipuuseen kuolemanjälkeistä elämää kohtaan, sillä hän ajatteli kaipuun kertovan tyytymättömyydestä.<sup>37</sup> Jos Epikuros eläisi tänä päivänä, hän saattaisi hyvinkin väittää, että esimerkiksi kristinuskoa ja islamia harjoittavat ja muut kuolemanjälkeiseen elämään uskovat ihmiset saattavat olla elämässään epätoivoisia.

Pelkojen voittamiseksi epikurolaiset pyrkivät vahvistamaan ihmisen turvallisuuden tunnetta.<sup>38</sup> Epikuroksen perustamassa koulussa käytettiin terapiamuotona *avocatio*-nimistä menetelmää, jossa kärsimyksistä vapautuminen tapahtui muistelemalla menneisyydessä koettuja nautintoja ja kuvittelemalla miellyttäviä asioita, jotka odottavat tulevaisuudessa. Se oli retorinen menetelmä, jossa oppilaita tuki oma ohjaaja. Epikurolaisten mielestä uskomusten

---

<sup>36</sup> Knuuttila, 2004, 86.

<sup>37</sup> Knuuttila, 2004, 80–83, 85.

<sup>38</sup> Knuuttila, 2004, 83.

muuttaminen vain järjellisten argumenttien avulla oli vaikeaa, sillä syy uskomuksille saattoi olla alitajuinen. Koulutukseen sisältyi myös oppilaiden vääränlaisten uskomusten kritisointi, muiden lankeemuksista kanteleminen ohjaajalle sekä omien rikkomusten tai puutteiden tunnustaminen.<sup>39</sup>

Menetelmän päämääränä oli irrottautuminen haitallisten tunteiden viettelyksistä ja mielenrauhan saavuttaminen. Tässä mielessä antiikin filosofia sisältää pastoraalipsykologiaa, sielunhoitoon ja psykoterapiaan rinnastettavia elementtejä, jotka hävisivät kuitenkin filosofiasta keskiajalla, kun filosofiasta tuli alisteinen teologialle, toisin sanoen teologian palvelija *ancilla theologiae*.<sup>40</sup>

Epikuroksen mukaan huolet, levottomuudet ja irrallisuudentunne ovat merkkejä pelosta, heikkoudesta ja riippuvuudesta toisiin ihmisiin. Kun ihminen vapautuu niistä, hän tulee täydellisen onnelliseksi.<sup>41</sup> Hänen mukaansa viisaudessa kehittyneellä ihmisellä voi yhä olla tunteita, mutta ne ovat erilaisia kuin muilla. Viisas ihminen tuntee enemmän miellyttäviä tunteita ja vähemmän epämiellyttäviä tunteita, kuten kateutta ja vihaa. Hän tuntee kuitenkin yhä sääliä ja stressiä.<sup>42</sup> Ehkäpä tämän kaltaisia myönteisiä säälin ja stressin tunteita voitaisiin nykyisin nimittää myötätunnoksi ja empaattisiksi reaktioiksi.

Epikurolaiset ja muut filosofiset koulukunnat pitivät stoalaisten näkemystä *apatheiasta* eli tunteiden hävittämisestä mahdottomana. Lopulta stoalaiset kehittivätkin opin, jolla he selittivät, miksi jopa filosofilla saattaa esiintyä tiloja, jotka muistuttavat tunteita. Stoalainen filosofi Seneca (noin.4 eKr. – noin 65 jKr.) kirjoittaa teoksessaan *Suuttumuksesta (De ira)*, että tietyt asiat ja tilanteet voivat aktivoida ihmisessä tunteita yllyttäviä reaktioita, jotka eivät kuitenkaan ole varsinaisia tunteita, niin kauan kun ihminen ei anna yllykkeelle suostumustaan ja toimi sen mukaan. Kyseinen teoria vaikutti merkittävästi myöhempään psykoterapeuttiseen kirjallisuuteen (kreikaksi *psychagogic*) ja sitä sovellettiin myös varhaiskristilliseen teologiaan.<sup>43</sup>

---

<sup>39</sup> Knuuttila, 2004, 74, 85–86.

<sup>40</sup> Schroeder, 2004, 139. Schroederin mukaan filosofia saavutti jälleen itsenäisen asemansa Valistuksen aikakautena, mutta sen pastoraalinen elementti ei koskaan palautunut ennalleen, siitäkään huolimatta, että nykyisin filosofinen praktiikka sisältää myös psykoterapeuttisia elementtejä. Knuuttila, 2004, viittaa filosofi Martha Nussbaumiin, joka toteaa, että epikurolainen terapia sisältää joitakin kiinnostavia samankaltaisuuksia moderniin psykoterapiaan nähden. (s.86)

<sup>41</sup> Knuuttila, 2004, 83.

<sup>42</sup> Knuuttila, 2004, 83.

<sup>43</sup> Knuuttila, 2004, 6. Englanninkielessä teoriaa kutsutaan nimellä *The theory of first movement*. Sana *psychagogic* muodostuu puolestaan kreikan sielua ja opastamista tarkoittavista sanoista.

### 2.1.1 Tunteet varhaisten teologien ajattelussa

Teologit Clemens (n. 150–n. 215 jKr.) ja Origenes (n. 185– n. 254jKr) yhdistivät platonistisia ja stoalaisia ajatuksia. Heidän mukaansa vapautuminen maallisista tunteista (*apatheia*) mahdollisti jumalallistumiseen perustuvan elämäntavan, jossa ihminen ottaa osaan jumalalliseen rakkauteen (*agapê*).<sup>44</sup> Vaikka *apatheian* saavuttaneella ihmisellä mystistä kokemusta jumalalliseen rakkauteen yhtymisestä kuvattiinkin usein varsin tunteellisin termein, jumalallisesti syntyneet tunteet eivät olleet tavanomaisia tunnetiloja.<sup>45</sup>

Antiikin filosofit ja monet teologit heidän jälkeensä jakoivat rakkauden kolmeen kategoriaan: *agapê*, *eros*, ja *filia*. *Agapê* on rakkautta, joka ei niinkään rakasta kohdetta, sen takia, että kohde on arvokas, vaan se luo itse (tai ikään kuin lahjoittaa) rakkautensa kohteelle sille kuuluvan arvon. Pitkästi kristillisen perinteen vaikutuksesta *agapêa* alettiin käyttää Jumalan rakkaudesta, joka kohdistuu ihmiseen. Sitä käytetään myös ihmisen rakkaudesta, joka kohdistuu Jumalaan ja ihmisten välillä esiintyvistä lähimmäisenrakkaudesta. *Eros*-sanalla viitattiin yleensä eroottiseen rakkauteen ja intohimoon, joka kohdistuu rakkauden kohteen arvoon ja ansioihin, kuten kauneuteen tai hyvytyteen. *Filia* tarkoitti alun perin ystävällistä ja suopeaa tunnetta, joka kohdistuu esimerkiksi ystäviin, perheenjäseniin, työkavereihin tai isänmaahan.<sup>46</sup> Kuten antiikin filosofitkin, monet teologit suhtautuivat varauksella tai kriittisesti *erokseen*. Suhde *erokseen* onkin pitkän aikaa ollut jokseenkin ristiriitainen. Toisinaan *eros* ja itsekäs himo linkitettiin toisiinsa, mutta kristillisessä perinteessä elää esimerkiksi vertauskuvallinen ajatus, jossa Kristus on sulhanen, joka rakastaa kirkkoaan, kuten mies vaimoaan.

Kappadokialaiset kirkkoisät (n. 330–395) and Augustinus (354–430) tähdensivät Platonin tavoin tunteiden kontrollin merkitystä. He ja monet muutkin teologit kehittivät tunteisiin liittyviä teorioita. Esimerkiksi Tuomas Akvinolainen (1225–1274) kirjoitti tutkielmia, joissa hän tarkasteli mystistä kokemusta kristillisen uusplatonismin näkökulmasta.<sup>47</sup>

Sosiaalipsykologi Jonathan Hadtin mukaan keskiaikaiset ajattelijat suhtautuivat tunteisiin kriittisesti, koska he yhdistivät ne himoihin ja sitä kautta

---

<sup>44</sup> Knuuttila, 2017, 125, Knuuttila, 2018.

<sup>45</sup> Knuuttila, 2018.

<sup>46</sup> Helm, 2017.

<sup>47</sup> Knuuttila, 2018.

syntiin.<sup>48</sup> Knuuttilan mukaan stoalaisilla ajatuksilla tunteen kontrollista tahdon avulla oli suuri jälkivaikutus luostarielämälle ja kristilliseen käsitykseen synnistä. Stoalaiset ajattelivat, että myös tunteista eroon päässeet (*apatheia*) ihmiset voisivat reagoida tunteenomaisesti joissakin tilanteissa kokematta kuitenkaan varsinaisia tunteita, jos he eivät antaisi niille kognitiivista suostumusta ja toteuttaisi tunneyllykkeen mukaisia tekoja. Augustinus katsoi, että synnillinen ylpeys esti stoalaisia käsittämästä, että spontaanit tunnetilat olivat tunteita, vaikka ne eivät sisältäisikään suostumusta tai ne eivät vaikuttaisi käyttäytymiseen. Augustinus sovelsi kuitenkin stoalaista teoriaa perisyntioppiin. Augustinus väitti, että syntiset ajatukset voivat nousta ihmisen mieleen, mutta ne eivät ole syntiä ennen kuin ihminen oman tahtonsa kautta myöntyy syntisiä ajatuksia ajattelemaan tai toteuttamaan. Synnilliset ajatukset ja pahat himot eivät ole täysin ihmisen vapaan tahdon kontrollissa, mutta ihmisen tulisi karkottaa ne sielustaan heti, kun hän havaitsee ne. Jos näin ei tapahdu, ihminen on valinnut antautua niille. Augustinuksen teorian pohjalta muodostettiin myöhemmin tarkka jaottelu, jossa synnit eriteltiin mitättömämpiin synteihin, jotka oli mahdollista saada anteeksi ja vakavampiin kuolemansynteihin, jotka johtivat kadotukseen.<sup>49</sup>

Huolimatta siitä, että synnille ja syntisille tunteille annettiin paljon huomiota keskiaikaisessa teologiassa, myös rakkaus ja myötätunto olivat erityisesti kiinnostuksen kohteina. Kristityt käyttivät latinan termiä *misericordia* kuvatessaan jumalallista armoa, mutta sillä viitattiin myös ihmisten tuntemaan suruun, joka aiheutui toisen ihmisen kärsimyksen vuoksi. Latinan termi *compassio* yleistyi tarkoittamaan vain ihmisten välillä ilmenevää myötäelämistä.<sup>50</sup> *Compassion* ensisijainen merkitys on siis surun ja kärsimyksen kokemisessa toista ihmistä kohtaavan tragedian hetkellä<sup>51</sup>, kun taas paljon uudempi termi empatia on käytössä huomattavasti laajemmassa merkityksessä. Tarkastelen kristillistä käsitystä myötätunnosta eli *compassiosta* tarkemmin luvussa 1.4. ja empatiaa luvussa 3.

Keskiajalla Augustinuksen ja monen muun kristillisen ajattelijan tekstit olivat tunteiden tarkastelun lähtökohtia, mutta myös muut kuin kristityt laativat laajalle levinneitä teoreettisia tekstejä. Esimerkiksi arabialaisen lääkärin Haly

---

<sup>48</sup> Haidt, 2001, 815.

<sup>49</sup> Knuuttila, 2018. Stoalaiseen filosofiaan perustuvaa teoriaa spontaaneista esitunteista (jotka eivät vielä olleet tunteita) kutsuttiin nimellä ensimmäisten liikkeiden teoria.

<sup>50</sup> Knuuttila, 2018. *Misericordia* on käännös kreikan sanasta *eleos*, jota käytettiin antiikin filosofiassa ja kirjallisuudessa

<sup>51</sup> Roberts, 2016.



Abbasin lääketieteen ensyklopedia sisälsi monipuolisia huomioita tunteista ja oli arvostettu teos. Galenoksen (129–n. 216) julkaisuihin perustuvassa latinalaisessa ja arabialaisessa lääketieteessä tunteita selitettiin vitaalisten henkien ja kuumien ja kylmien elinnesteiden liikkeenä kehossa. Erilaisia tunteita ajateltiin muodostuvan siten, että nämä henget ja nesteet virtasivat joko hitaasti tai nopeasti sydämen suuntaan tai siitä pois päin.<sup>52</sup>

1100–1200 -luvuilla laadittiin lukuisia erilaisia taulukoita, joissa tunteita pyrittiin kuvaamaan eräänlaisena liikevoimana. Stoalaista luokitusta tunteiden neljään perustyyppiin sovellettiin platoniseen käsitykseen sielun kahdesta erilaisesta emotionaalisesta kyvystä eli halusielusta ja intosielusta. Niiden latinankielisinä vastineina käytettiin teksteissä ja taulukoinneissa ilmauksia *concupiscibilis* (halusielu) ja *irascibilis* (intosielu). Se, millaiseksi ihmisen kokema tunne muodostui, liittyi myös siihen, oliko liikkeen kohde läsnä nykyhetkessä, vai oliko sen kohde tulevaisuudessa.<sup>53</sup> Näin ollen esimerkiksi teologi Isaac de Stellan (n. 1100–1177) kirjoituksessa ilo ymmärrettiin tässä ja nyt esiintyvän halun kohteen miellyttävänä aktualisoitumisena. Se oli siis *concupiscibilis*-tunne nykyhetkessä. Vastaava *concupiscibilis*-tunne, joka kohdistui tulevaisuudessa (mahdollisesti) saavutettavaan kohteeseen synnytti halun. Nykyhetkessä esiintyvä epämiellyttävä *concupiscibilis*-tunne oli suru. Sitä vastaava tulevaisuuteen suuntaava tunne oli pelko.<sup>54</sup> Merkitystä katsottiin olevan myös niillä lukuisilla vaiheilla, joiden kautta tunnetila sielua liikuttavana voimana eteni. Tunteet voitiin jaotella vastakohtaisiin pareihin, joiden liikkeet suuntautuivat vastakkaisiin päämääriin. Toisin sanoen, tunteiden kohteita yleensä joko tavoiteltiin tai niitä yritettiin välttää. Muun muassa Avicennan psykologiasta ja Aristoteleelta vaikutteita ottanut teologi Tuomas Akvinolainen (n. 1225–1274) esittää keskiajan seikkaperäisimmän esityksen tunteista teoksessaan *Summa theologiae*. Hänen laatimassaan tunteiden luokituksessa tunteiden tilaan vaikuttaa se, onko liike suuntautumassa vai etenemässä kohteeseen vai jo saavuttanut sen. Akvinolaisen mukaan *concupiscibilis*-tunteet sisältävät kolme peräkkäistä vaihetta. Esimerkiksi rakkaus (*amor*) on hyvään kohteeseen suuntautuva tunne.

---

<sup>52</sup> Knuuttila, 2017, 126–131; Knuuttila, 2018. Toinen merkittävä teksti oli Avicennan (n.980–1037) arabiaksi laatima teos, jonka latinankielisen käännöksen nimi on *Liber de Anima Sextus de naturalibus*. Se vaikutti muun muassa Aristoteleen *De anima* -teoksen kommentaarien terminologiaan. *De anima* käännettiin latinaksi noin vuonna 1150. Siitä tuli merkittävin psykologiaa käsittelevä teos seuraavan sadan vuoden ajaksi.

<sup>53</sup> Knuuttila, 2017, 126–131; Knuuttila, 2018.

<sup>54</sup> Knuuttila, 2017, 128.

Jos tila on edennyt, se on halu (*desiderium*) ja jos liikuttava voima on saavuttanut päämäärän, ihminen kokee iloa (*gaudium*). *Irascibilis*-tunteet kohdistuvat joko päämäärään tai siitä poispäin ja ne edellyttävät aina sitä ennen koetun *concupiscibilis*-tunteen. Esimerkiksi toivo on hyvänä pidettyyn kohteeseen päin liikkuva tunne ja epätoivo on poispäin objektista liikkuvaan voimaan liittyvä tunne.<sup>55</sup>

Koska tunteet ovat ensi sijaisesti psykosomaattisia, ajateltiin että ruumiittomilla olennoilla, kuten enkeleillä ja Jumalalla ei ole tunteita. Vaikka juutalaiskristillisessä ajattelussa ja teksteissä usein viitataan siihen, että Jumala tuntee esimerkiksi vihaa ja rakkautta, monet analysoivat kuitenkin, että Jumala ei koe tunteita siinä merkityksessä kuin ihminen. Jumala ei siis koe esimerkiksi surua tai sääliä. Kuten mainitsin aikaisemmin, esimerkiksi Augustinus esitti, että sääli *compassiona* eli myötätuntona on erityisesti ihmissydämeen kuuluva tunne.<sup>56</sup>

Akvinolainen suhtautui kriittisesti stoalaiseen ajatukseen *apatheiasta*, vaikka ajattelikin muiden keskiaikaisten ajattelijoiden tavoin, että ihmisen tulisi järjensä avulla kontrolloida tunteitaan. Samoin kuin Aristoteles, Akvinolainen ajatteli, että järjen kanssa harmoniassa olevat oikeanlaiset tunteet voivat olla hyveitä. Tunteet eivät kuitenkaan voi toimia hyvää elämää tavoittelevan ihmisen oppaina, vaan oppaaksi tarvitaan järki. Knuuttilan mukaan Akvinolaisen teoria tunteista ja tunteisiin liittyvät taksonomiat eli jaottelut olivat erittäin vaikutusvaltaisia 1600-luvulla alkaneeseen valistusaikaan saakka.<sup>57</sup>

Erilaisten tunteiden jaottelutapojen lisäksi vapaan tahdon merkitys tunteiden kontrolloimisessa oli keskeinen tutkimuskohde. Monet keskiaikaiset ajattelijat pohtivat, onko ihmisellä vapaus päättää tunteidensa laadusta. Onko meillä siis vapaus valita, tunnemmeko esimerkiksi miellyttäviä vai epämiellyttäviä tunteita, kuten iloa tai ärtymystä, vai olemmeko ikään kuin tunteidemme armoilla?<sup>58</sup>

Tunteet vaikuttavat olleen Antiikin ajoista alkaen ja läpi keskiajan jollakin tavalla epämääräinen ja jopa vaarallinen voima, jota piti hallita jumalallisen järjen avulla. Olettamusta, että tunteet ovat järjelle alisteisia, ei vielä 1700-luvulle tultaessa harvoja poikkeuksia lukuun ottamatta oltu juurikaan kyseenalaistettu.<sup>59</sup>

---

<sup>55</sup> Knuuttila, 2017, 130–131.

<sup>56</sup> Knuuttila, 2018.

<sup>57</sup> Knuuttila, 2018.

<sup>58</sup> Knuuttila, 2018.

<sup>59</sup> Knuuttila, 2018. Muun muassa fransiskaaniajattelijä Johannes Duns Scotus (n. 1265–1308) esitti, että tunteita eli passioita voi esiintyä myös tahdon ja järjen seuralaisina sielun korkeimmalla tasolla. Stoalainen järjestelmä oli järkikeskeinen,

## 2.1.2 Tunteiden filosofia 1600-luvulta eteenpäin

1600-luvulla tapahtui merkittävä muutos filosofisissa tunnetteorioissa, kun mekanistinen laskennallinen fysiikka kehittyi ja sen sovellusalaan alettiin pitää koko havaittavaa todellisuutta. Se vaikutti myös filosofien tapaan selittää tunteiden psykologiaa. Huomionarvoista on se, että nyt tunteet nostettiin samalle sisäisen tietoisuuden ja kokemuksen tasolle kuin muut psykologiset ilmiöt.<sup>60</sup> 1700-luvun rationalistit, kuten filosofi Gottfried Leibniz (1646–1716) ja filosofi Rene Descartes (1596–1650), ihailivat järkeä, kuten Platonkin ja nojasivat ajattelussaan deduktiivisiin menetelmiin<sup>61</sup>.

1700-luvulla filosofit kuten David Hume (1711–1776) ja Adam Smith (1723–1790) alkoivat kuitenkin argumentoida rationalistisia teorioita vastaan ja korostaa tunteiden merkitystä esimerkiksi ihmisen moraaliselle elämälle. He esittivät, että ihmisen sisäsyntyisen moraalikapasiteetin perustekijä oli tunne. Tunteiden avulla ihmiset kykenevät kokemuksensa kautta tuntemaan ja tunnistamaan, mikä on hyvää eli oikein ja mikä on pahaa eli väärin. Etenkin Hume oli vakuuttunut, että moraaliset arvostelmat muistuttavat esteettisiä arvostelmia. Hänen mukaansa ne eivät riipu järjestä, vaan tunteesta. Ihminen ymmärtää moraaliset totuudet sisäisen tietämyksen ja tuntemuksen kautta eikä analysoimalla argumentteja. Hume mielestä järjen tulee olla alisteinen tunteelle (*passion*).<sup>62</sup>

Hume hyökkäsi rationalismia vastaan, sillä hän uskoi, ettei järki ole Platonin ajoista asti sille annetun kyvyn ja kunnian veroinen. Hume mielestä järki oli pikemminkin työkalu, jolla ihminen voi käsitellä asioiden suhteita toisiinsa ja analysoida tietoa. Järjen avulla voimme esimerkiksi ymmärtää, että tietty teko johtaa lukuisten viattomien ihmisten kuolemaan, mutta ilman että välitämme

---

mutta ei-hierarkkinen, sillä sielussa ei ollut useita tasoja. Stoalaiset pitivät tunteita väärinä arvostelmina. (Knuuttila 2017, 138.)

<sup>60</sup> Knuuttila, 2017, 138.

<sup>61</sup> Haidt, 2001, 815. Descartes käsittelee tunteita sekä mekanistisen luonnonfilosofian että subjektin tietoisuuden näkökulmasta. Luonnonfilosofisella tasolla hän tarkastelee niiden yhteyttä fysiologisiin ja hermostollisiin muutoksiin. Tietoisuuden tasolla hän arvioi niitä perinteisesti kokemuksellisinä ilmiöinä. Descartes uskoi, että käpyrauhanen oli leikkauspiste, jossa aineellinen todellisuus yhtyy aineettomaan ja itsestä tietoiseen sieluun. Käpyrauhasessa tapahtuva yhtyminen oli merkittävä tekijä tunteiden muodostumisessa. Toisaalta fysiologisten muutosten aiheuttamien tunteiden lisäksi Descartesin mielestä oli olemassa myös pelkästään intellektuaalisia tunteita. Myös Leibniz käsitteli tunteiden fysiologista puolta mekanistisen fysiikan mukaisesti. Hän kehitti laskennallista teoriaa, jossa tunteet ymmärrettiin erilaisten havaintokokemusten ja niihin liittyvien mahdollisesti tiedostamattomien nautinnon ja tuskan kokemusten synnyttäminä yhteisvaikutuksina. (Knuuttila 2017, 138–141.)

<sup>62</sup> Haidt, 2001, 815; Hume 1960 [1777].

heistä, järki ei voi yksin opastaa meitä ja estää meitä toteuttamasta kyseistä tekoa. Humeen mukaan tarvitsemme tunnetta tehdäksemme oikeanlaisia moraalisia valintoja. Ilman tunnetta päätösten tekeminen tai päämääristä valitseminen olisi ylipäättään erittäin vaikeaa. Ihminen, jolla on käytössään kaikki järjen kapasiteetti, mutta ei kykyä tuntea, ei toimi inhimillisesti. Hänet saatetaan nykyisin diagnostisoida esimerkiksi psykopaatiksi.<sup>63</sup>

Humeen edustama emotivismi hylättiin kuitenkin monien filosofien taholta. Humeen merkittävä vastustaja oli Filosofi Immanuel Kant (1724–1804), joka pyrki kumoamaan Humeen argumentit ja loi oman järkeen perustuvan etiikan teoriansa. Hänen teoriallaan oli seuraavina vuosikymmeninä Humea huomattavasti suurempi vaikutus moraalifilosofiassa.<sup>64</sup>

Sosiaalipsykologi Jonathan Haidt tähdentää, että vaikka filosofit jatkoivat tunteiden arvioimista etenkin kognitiivisin menetelmin, psykologit siirtyivät nojatuoliensa äärestä 1800-luvun lopulla laboratorioihin. He olivat kiinnostuneita etenkin Humeen moraalifilosofisista näkökulmista. Etenkin lääkäri ja psykoanalyysin kehittäjä Sigmund Freudilla (1856–1939) on ollut suuri vaikutus tunteiden analyysiin. Hänen mukaansa ihmisen arvostelmat nousevat alitajuisista tunteista ja motiiveista, jotka ihminen sitten järjellään perustelee vallitsevan yhteiskunnallisen näkemyksen kanssa yhteensopiviksi.<sup>65</sup>

Psykoanalyttisen teorian vastavoimana oli behavioristinen teoria, joka perustui Itävallassa 1920-luvulla syntyneeseen loogisen positivismiin ja verifikationismiin. Verifikationismi piti väittämiä todistamisen ulkopuolella olevista mielen sisäisistä henkisistä tiloista mielettöminä. Behaviorismin mukaan näennäisesti kahdella eri mielentilalla ei ole mitään eroa, jos ne eivät synnytä havaittavissa olevaa eroa käyttäytymisessä. Ei siis ole olemassa minkäänlaista eroa vaikkapa uskomuksen tai halun välillä, koska niitä ei voida todentaa käyttäytymisessä. Käyttäytyminen voidaan selittää puhtaasti reaktioina ulkoisen maailman ärsykeisiin.<sup>66</sup> Monia sellaisia mielentiloja ja tunteita, joihin filosofit olivat aikaisempina vuosisatoina viitanneet, ei siis behavioristien mielestä ollut olemassakaan.

Behavioristit eivät myöskään katsoneet, että tunteilla olisi ollut suoranaista vaikutusta moraaliseen elämälle. He selittivät moraalisen ihmisen reaktioina

---

<sup>63</sup> Haidt, 2001, 816; Hume 1960 [1777].

<sup>64</sup> Haidt, 2001, 815–816.

<sup>65</sup> Haidt, 2001, 816.

<sup>66</sup> Graham, 2019.

palkkioihin tai rangaistuksiin, joita tietynlainen käytös sosiaalisissa tilanteissa synnytti.<sup>67</sup> Useimmat nykyfilosofit ajattelevat, että ulkoinen maailma vaikuttaa ihmisen käytökseen. Behavioristinen näkemys on kuitenkin muutoin laajasti kyseenalaistettu. Meillä ei ole tietoa siitä, miten kognitiivinen prosessointi tapahtuu, tai missä se tarkalleen sijaitsee. Psykologisten teorioiden kannalta pidetäänkin tärkeänä, että voimme viitata myös sisäisiin mielentiloihin ja sisäisiin prosesseihin ja sitä, että voimme käyttää tämänkaltaisia tiloja (kuten erilaisia tunteita) kuvaavia sanoja. Ilman tunteita kuvaavaa termistöä teoriointi olisi vajavaista, eivätkä psykoterapeuttiset menetelmäkään voisi toimia.<sup>68</sup>

Behaviorismin vaikutusvallan väistyessä 1960-luvulla sen korvasi edelleen vaikutusvaltainen kognitivistinen lähestymistapa, jossa aikaisempia teorioita yhdistettiin muun muassa tekoälytutkimuksen ja informaatioteknologian näkökulmiin. Kognitivistiseen lähestymistapaan liittyvä kognitiotiede on tieteidenvälinen mielen, tunteiden ja älykkyyden tutkimiseen keskittyvä ala, jossa hyödynnetään esimerkiksi filosofian, psykologian, neurotieteiden, antropologian, kielitieteen ja tekoälytutkimuksen menetelmiä ja tuloksia.<sup>69</sup>

## 2.2 Tunteiden tutkimuksen nykysuuntaukset

Kuten edellisessä luvussa kävi ilmi, teologit ja filosofit ovat kautta aikojen yrittäneet ymmärtää tunteita ja luoda erilaisia jaotteluja eli taksonomioita perustunteiden määrittelemiseksi. Karkeasti ottaen voidaan sanoa, että antiikista 1900-luvulle asti ajateltiin, että tunteet ovat subjektiivisia kokemuksia. Yksinkertaisin tapa ajatella on, että tunteet ovat tietyn tyyppisiä sensaatioita. Muita sensaatioita ovat esimerkiksi hajuaistimukset ja tuntoaistiin tai asentoon liittyvät sensaatiot.<sup>70</sup>

Tunnetut filosofit, kuten – Platon, Aristoteles, Descartes, Hume – ajattelivat, että eri tunteet sisältävät tuntemuksia (engl. *feelings*), joilla on selkeärajaiset ja kullekin tunteelle ominaislaatuiset piirteet. Vasta viime aikoina on alettu ajatella, että tunteet muodostuvat lukuisista komponenteista. Huolimatta tunteiden tutkimukseen panoksensa antaneiden ihmisten määrästä ja vastauksen eteen uhratuista tunneista, tunteet ovat yhä monella tavalla mysteeri. Filosofian eikä tunteisiin keskittyvän affektiivisten tieteiden (engl. *affective science*) piirissä ole

---

<sup>67</sup> Haidt, 2001, 816.

<sup>68</sup> Graham, 2019.

<sup>69</sup> Thagard, 2019.

<sup>70</sup> Scarantino & de Sousa, 2018.

toistaiseksi pystytty antamaan vastausta ja selitystä siihen, mikä on tunteiden perusominaisuus tai luonne.<sup>71</sup> Vastauksen etsiminen jatkuu siis yhä.

Jokainen tutkimustraditio yrittää lähestyä kysymystä omalla tavallaan. Filosofissa ollaan kiinnostuneita muun muassa siitä, millaista vaikutusta ihmisen mielentiloilla, kuten tunteilla, on filosofian muihin tutkimuskohteisiin, kuten moraalille tai rationaaliselle toiminnalle, elämän mielekkyydelle ja ihmisen itseymmärrykselle. Affektiivisten tieteiden aloilla korostuvat erilaiset kokeelliset ja mittaamiseen perustuvat menetelmät. Niiden avulla pyritään muodostamaan selityksiä ja ennusteita kunkin tutkimusalan mukaisesti. Tutkijan näkemys tutkimuskohteestaan saattaa joskus poiketa vahvastikin ihmisen omasta itseymmärryksestä.<sup>72</sup>

## 2.2.1 Mielentilat ja tunteet

Useat teoreetikot ovat yhtä mieltä siitä, että mielentilat ja tunteet liittyvät toisiinsa. Jotta on mahdollista analysoida ja ymmärtää tunteita, on mielestäni oleellista ymmärtää vähintäänkin mielenfilosofiaan ja mielentiloihin liittyviä perustekijöitä. Filosofi Jaegwon Kimin mukaan ihmisten kokemia erilaisia mielentiloja ovat muun muassa sensaatiot eli erilaiset aistitunteet, kuten näköaistimukset, kipu, kutiseminen tai pahoinvointi. Ihmisillä on kyky eritellä tällaisia ilmiöitä. ”Tuntuu” erilaiselta, kun kutittaa, kun sattuu tai kun katselee sinistä taivasta ja aistii sinisyyttä. Näihin tiloihin viitataan yleensä laadullisina tiloina (engl. *qualitative states*), fenomenaalisisina tiloina (engl. *phenomenal states*) tai raakatuntemuksina (engl. *raw feels*).<sup>73</sup>

Useat mielentiloista ovat intentionaalisia eli ne viittaavat johonkin sisäiseen tai ulkoiseen tilanteeseen. Asenteellisia mielentiloja kutsutaan propositionaalisiksi asenteiksi, koska niissä subjektilla on asenteen sisältävä mielentila (toivoo, vakuuttuu, uskoo, olettaa ja epäilee), joka kohdistuu proposition. Esimerkkejä propositionaalisista asenteista ovat: Paavi toivoo, että seurakuntalaiset noudattavat sakramentteja. Papiston jäsenet ovat vakuuttuneita siitä, että seurakuntalaiset eivät seuraa sakramentteja. Seurakuntalaiset uskovat, että he eivät pysty seuraamaan

---

<sup>71</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>72</sup> Scarantino & de Sousa 2018. Toisin sanoen affektiivisten tieteiden piirissä sovelletaan toisinaan lähestymistapaa, jota nimitetään englanniksi ilmauksella *third person -approach*. Siinä tutkijan asema mittausten tai muiden indikaattorien tulkinnessa voi olla hierarkkinen suhteessa tutkimuskohteen omaan *first-person* kokemukseen.

<sup>73</sup> Kim 2011, 14–15. Englanninkielinen *qualia*, suomeksi kvalia, on termi, jota käytetään kuvaamaan sensorisia ja laadullisia aistimuksia ja aistintiloja. Tällaiset tilat muodostavat yhdessä perustan fenomenaaliselle tietoisuudelle.

sakramenteja. Tai: laiminlyöty lapsi toivoo, että hänen vanhempansa huolehtisivat hänestä. Vanhemmat olettavat, että he kykenevät huolehtimaan lapsesta paremmin päihdekuntoutuksen jälkeen. Sosiaalityöntekijä luottaa siihen, että päihdekuntoutus tuottaa vanhempien kohdalla tulosta.<sup>74</sup>

Kimin mukaan näillä erilaisiin asenteisiin perustuvilla mielentiloilla ei yleensä ole fenomenaalista ja laadullista ulottuvuutta. Toisin sanoen emme normaalisti yhdistä yhtä tiettyä tunnetta toivomiseen ja jotakin toista tunnetta uskomiseen ja kolmatta tunnetta haluamiseen ja niin edelleen. Ei ole niin, että uskominen tuntuisi joltain erityiseltä ja kokisimme aistimuksen pitäessämme totena vaikkapa sitä, että ”Suomi on maa Pohjois-Euroopassa” tai ”Mozart oli upea säveltäjä”. Vaikka sinä ja minä jakaisimme ylläolevan uskomuksen, että ”Mozart oli upea säveltäjä”, en sen vaikutuksesta kokisi kanssasi sensorisesti ja laadullisesti samalaista, jotakin uskomiselle erityistä ja tyypillistä mielentilaa.<sup>75</sup> Vaikka on niin, että uskominen sinällään ei aiheuta tiettyä sensorista tilaa, uskomukset ja arvostelmamme voivat kuitenkin synnyttää tiettyjä tunnetiloja, joihin saattaa liittyä laadullisia ja sensorisia tiloja.

Mielentiloihin, joita nimitämme tunteiksi ja mielialoiksi sisältyvät esimerkiksi ilo, suru, ylpeys, vihaisuus, depression, häpeä ja katumus. Nimensä mukaisesti tunteisiin sisältyy ajatus siitä, että kukin tunne tuntuu tietynlaiselta. Esimerkiksi suru tuntuu laadullisesti ja sensorisesti erilaiselta kuin ilo. Ei ole kuitenkaan selvää, sisältyykö jokaiseen tunteeseen jokin sille tyypillinen laadullinen ja sensorinen tunnekomponentti.<sup>76</sup>

Joihinkin tunteisiin sisältyy propositionaalinen asenne. Voit olla esimerkiksi häpeissäsi, koska et auttanut ystävääsi, kun hän olisi tarvinnut sinua ja hän voi olla samasta syystä surullinen.<sup>77</sup> Kun ihmisillä on samanlaisia uskomuksia ja

<sup>74</sup> Kim 2011, 15. ”Että”-lauseita kutsutaan sisältölauseiksi (engl. *content sentences*). Proposition on asenneilmaisun sisältö. Näin ollen, paavin toiveen sisältönä on propositio, että ihmiset noudattavat sakramenteja. Se on myös papiston vakuuttuneisuuden propositio. Sillä ei ole merkitystä, että paavi ja papisto kohdistavat proposition erilaisen asenteen. Lapsen toiveen propositio on, että hänen vanhempansa huolehtisivat hänestä ja sosiaalityöntekijän luottamuksen propositio on, että päihdekuntoutus tuottaa vanhempien kohdalla tulosta.

<sup>75</sup> Kim 2011, 15. Joku voisi tosin argumentoida Kimiä vastaan ja esittää, että usko Jumalaan saattaa muodostaa poikkeuksen. Joillakin ihmisillä saattaa olla erityisiä uskonnollisia kokemuksia ja myös sellainen erityinen tunne, joka liittyy uskonnolliseen uskoon. Käsittelen uskonnollisia tunteita, uskonnollisia uskomuksia ja niiden vaikutuksia uskovien elämään tekstissäni myöhemmin.

<sup>76</sup> Kim 2011, 16.

<sup>77</sup> Kim 2011, 16. Kim esittelee myös sellaisia mielentiloja, jotka liittyvät tahtoon, kuten aikomiseen, päättämiseen ja haluamiseen. Hän mainitsee mielentiloja käsitellessään myös psykologisia tekijöitä, kuten luonteenpiirteet ja persoonallisuuden (pakkomielleisyyden, rehellisyyden, hupaisuuden, ekstroverttiyden jne.) sekä tapoja, kuten

jaettu arvioita, heidän tunteensa voivat alkaa muistuttaa toisiaan. Yksi kysymys, johon vastaankin tutkielmassani myöhemmin on se, mitä jaetut tunnetilat ovat ja millaisia seurauksia niillä ja yhteisillä uskomuksilla voi olla.

### 2.2.2 Perustunteet ja tunteiden komponentit

Tavallisessa kielenkäytössä antamamme nimitykset tunnetiloille eivät teoreetikoiden ja tutkijoiden näkökulmasta välttämättä ole riittäviä kuvaamaan tunteisiin liittyviä kategorioita. Normaalisti saatamme ajatella, että tunteet ovat selkeitä toisistaan eroavia ilmiöitä. Saatamme esimerkiksi vertailla erilaisia kokemiamme mielentiloja ja nimetä ne kaikki tunteiksi, vaikka lähemmin tarkasteltuna kyseessä voi olla joukko varsin erilaisia ilmiöitä. Mikä tekee kokemastamme ilmiöstä nimenomaan tunteen, on selvittämätön dilemma. Asiasta on kuitenkin esitetty erilaisia näkemyksiä.

Asiat, jotka nimeämme tunteiksi eroavat toisistaan monin tavoin. Joihinkin tunteisiin, kuten inhoon, sisältyy sille tyypillinen kasvojenilme. Toiset tunteet, kuten katumus, eivät välttämättä synnytä kasvojenilmettä. Jotkut tunteista ovat tapahtumia, kuten esimerkiksi paniikki. Osa taas on asenteita, kuten vihamielisyys. Joihinkin tunteisiin sisältyy vahva kognitiivinen prosessointi, kuten vaikkapa pelkoon siitä, että epäonnistuu tärkeässä kokeessa tai työtilanteessa. Toisiin tunteisiin sisältyy lievempi kognitiivinen prosessointi. Näin voi olla esimerkiksi tilanteessa, jossa ihminen tuntee pelkoa äkillisesti nurkan takaa ilmestyvän varjon nähdessään. Osa tunteista, kuten raivo, sisältää vahvan motivaation toimia tunteen vallassa. Toiset tunteet eivät motivoi yhtä selkeästi toimintaan, suru esimerkiksi. Monet tunteet ovat tietoisia, kuten ilontunne ystävän tullessa kylään, mutta monet ovat tiedostamattomia. Tiedostamaton tunne voi olla esimerkiksi epäonnistumisenpelko tai se, että toistaa samoja virheitä elämässä yhä uudelleen.<sup>78</sup>

Epäselvää on, mitkä psyykkiset tilat ovat tunteita. Filosofin Mika Oksasen mukaan kysymys tunteiden analyysistä liittyy yleisempään kysymykseen mentaalisten tilojen luokittelusta.<sup>79</sup> Kaikkien yllämainittujen mielentilojen niputtaminen normaalissa kielenkäytössämme ja kansantajuisesti tunteiksi ei tarjoa teoreetikoille riittäviä perusteita pitää tunteita luonnollisena luokkana. Ei

---

täsmällisyyden. Näiden mielentilojen käsittely ei kuitenkaan ole pro gradu aiheen kannalta tarpeen.

<sup>78</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>79</sup> Oksanen 78, 1997.



ole siis välttämättä olemassa yhtenäistä tunteiden kategoriaa, jonka avulla voisi tehdä kaikkia tunnetiloja koskevia yhteisiä yleistyksiä.<sup>80</sup> Monet tutkijat kyseenalaistavat myös sen, että olisi olemassa selkeäpiirteisiä ”kiveen kirjoitettuja” perustunteita, kuten vihaa tai iloa. Tunteet eivät ilmene luonnossa samalla tavalla kuin objektit, joita voidaan tutkia objektiivisesti. On esitetty, että jos tunne muodostaisi luonnollisen luokan, sen tulisi aiheuttaa yksilöstä riippumatta tietäntyyppiset ja samanlaiset mekaaniset vaikutukset aivoissa, kasvojenilmeissä, kehossa, äänessä tai kokemuksessa.<sup>81</sup>

Neurotieteilijä ja psykologi Lisa Barret on samaa mieltä kuin useat nykytutkijat ja filosofit väittäessään, että tunteet muodostuvat komponenteista eli osista, jotka esiintyvät episodeissa ja kytkeytyvät toisiinsa.<sup>82</sup> Komponentit voivat olla arvostelmiin perustuvia, fyysisiä, fenomenaalisia, ilmaisullisia, käyttäytymiseen liittyviä tai mentaalisia. Kuvittele esimerkiksi tilannetta, jossa olet kävelemässä kadulla ja vastaasi juoksee mies ase kädessään. Nimeämme vastaavassa tilanteessa esiintyvän tunteen yksinkertaisesti peloksi, vaikka tunne sisältää lukuisia komponentteja. Ensinnäkin kohdatessasi aseistetun miehen, muodostat arvostelman tilanteesta; aseensa kanssa liikkuva mies on vaarallinen. Fyysinen komponentti on lisääntynyt sydämen syke tai kohonnut verenpaine. Fenomenaalinen komponentti ilmenee esimerkiksi epämiellyttävänä tuntemuksena. Ilmaisullinen komponentti on suusi avautuminen ja kulmakarvojesi kohoaminen. Käyttäytymiseen liittyvä osatekijä on halusi paeta ja mentaalinen komponentti on huomiosi tarkentaminen kohteeseen.<sup>83</sup>

Tutkijat eivät ole yksimielisiä siitä, mikä komponenteista on tunteen kannalta merkittävin. Sekä affektiivisten tieteiden että filosofian piirissä esiintyy lukuisia erilaisia näkökulmia ja teorioita. Erimielisyyksistä huolimatta monissa teorioissa on yhtäläisyyksiä, joiden perusteella teorialaajat jaetaan perinteisesti kolmeen pääluokkaan: arvostelmaperinteeksi (engl. *the Evaluative Tradition*), tunneperinteeksi (engl. *the Feeling Tradition*) ja motivaatioperinteeksi (engl. *the Motivational Tradition*). Käytän tekstissäni pääluokista jatkossa lyhennelmiä *ET*, *FT* ja *MT*. Jokainen traditio pyrkii muotoilemaan sellaisen normatiivisen

---

<sup>80</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>81</sup> Barrett 2006.

<sup>82</sup> Barrett 2006.

<sup>83</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

määritelmän ja tunnekasitteistön, jolla olisi käyttöä myös normaalissa kielenkäytössä.<sup>84</sup>

*ET*:n mukaan oleellista on se, millaisia arvostelmia ihminen tekee erilaisissa tilanteissa ja miten hän rakentaa tunteidensa pohjalta käsitystään maailmasta. *FT* pitää tunteita erityislaatuisina tietoisina kokemuksina ja korostaa merkityksellisenä sitä, miltä tunteet tuntuvat. *MT* määrittelee tunteet erityislaatuisina motivaatioita sisältävinä tiloina.<sup>85</sup> Tarkastelen seuraavaksi hieman tarkemmin tunneteorioiden kolmea pääluokkaa ja esittelen joitakin yksittäisiä teorioita.

### 2.2.3 Erilaisia tunneteorioita

Scarantinon ja de Sousan mukaan kaikilla tunteita tutkivilla päätraditiolla on niille tyypillisiä erityiskysymyksiä, mutta monet kysymyksistä ovat yhteisiä.

Kaikille traditioille yhteisiä kysymyksiä ovat:

- Eroavaisuudet: Miten tunteet eroavat toisistaan ja toisaalta niistä tiloista, jotka eivät ole tunteita?
- Motivaatiotekijät: Motivoivatko tunteet toimintaa? Jos, niin miten?
- Intentionaalisuus: Kohdistuvatko tunteet johonkin objektiin ja jos kohdistuvat, kohdistuvatko ne objektiin oikealla tai sopivalla tavalla?
- Fenomenologia: Edellyttävätkö tunteet subjektiivisia kokemuksia, ja jos edellyttävät, millä tavalla?<sup>86</sup>

Jos haluaisimme selvittää yllä olevien kysymysten avulla esimerkiksi vihan tunnetta, voisimme kysyä:

- Miten viha eroaa pelosta tai muista ei-tunteellisista tiloista (eroavaisuudet),
- Motivoiko viha aggressiivista käytöstä ja jos motivoi, niin millä tavoin? (motivaatio),
- Liittyykö viha siihen, millä tavalla asiat jollakin hetkellä vaikuttavat olevan ja voiko vihaa pitää sopivana asiantilaan nähden? (intentionaalisuus),
- Synnyttääkö viha erityisiä subjektiivisia kokemuksia? (fenomenologia).<sup>87</sup>

---

<sup>84</sup> Scarantino & de Sousa 2018. (Traditioiden suomennokset ovat minun.)

<sup>85</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>86</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>87</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

Scarantino ja de Sousa toteavat, että jokainen traditio tarjoaa arvokkaita näkökulmia ja vastauksia kysymykseen, mitä tunteet ovat. Mikään traditio ei kuitenkaan ole täydellinen eikä pysty esittämään sellaista teoriaa tunteista, jota ei olisi mahdollista haastaa vastaesimerkeillä. Tämän seurauksena suurin osa tunneteorioista on nykyisin hybridejä eli ne yhdistelevät elementtejä eri traditioista.<sup>88</sup>

Vaikka tunteiden ja intentioiden yhteydestä keskusteltiin jo vuosisatoja aikaisemmin, 1900-luvun puolivälissä filosofit muotoilivat ensimmäistä kertaa erityisen vaikutusvaltaisen argumentin, jonka mukaan tunteet ovat ensisijaisesti kognitiivisia arvostelmia. Argumentin tarkoituksena oli selittää tunteiden intentionaalisuus. Argumentti on jotakuinkin seuraavan kaltainen. Jos tunteet ovat intentionaalisia, on oltava kriteerit sille, onko tunnetila sopiva sen objektiin (kohteeseen) nähden. Koska tunteet eivät voi itsessään muodostaa käsitteellistä viittaussuhdetta objektiin, viittaussuhde syntyy jonkinlaisen kognitiivisen arvioinnin kautta. Siispä tunteisiin sisältyy jonkinlainen kognitiivinen arvio.<sup>89</sup>

Kyseisestä arvostelmateoriasta on käytetty englanniksi nimitystä *judgementalism*.<sup>90</sup> Sen mukaan tunne, kuten esimerkiksi viha jotakin henkilöä X kohtaan perustuu arvostelmaan. Vihan tapauksessa arvostelma voi olla, että henkilö X on toiminut väärin. Teoriaa on kritisoitu ensinnäkin siksi, että se ei kykene selittämään, miksi tunteet joskus motivoivat ihmistä toimimaan ja joskus eivät. Jos ajattelen, että minua on kohdeltu väärin, voin joko toimia sen pohjalta tai olla toimimatta. Toinen kritiikki kohdistuu siihen, että ihminen voi luoda arvostelmia ilman, että ne synnyttäisivät tunteille tyypillisiä kehollisia ilmentymiä. Kolmanneksi, teoria ei onnistu selittämään eläinten ja pienten vauvojen tunnetilojen muodostumista. Eläimillä ja pienillä vauvoilla ei ole voitu osoittaa olevan kykyä muodostaa arvostelmia. Neljänneksi, se ei selitä sitä, miksi arvostelmamme ja tunteemme voivat olla ristiriitaisia. Joku voi esimerkiksi ajatella, että lentäminen ei ole vaarallista, mutta hän voi silti olla peloissaan, kun hän matkustaa lentokoneella.<sup>91</sup>

---

<sup>88</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>89</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>90</sup> Scarantino & de Sousa 2018. Jotkut teorian kannattajat ovat vastustaneet *judgementalism* nimitystä, koska he pitävät nimeä liian yksipuolisena. He esittävät, että nimitys saattaa luoda harhaanjohtavan mielikuvan, jonka mukaan teorian kannattajille tunne olisi vain ja yksinomaan arvostelma. (Teorian suomennos ”arvostelmateoria” on minun.)

<sup>91</sup> Scarantino & de Sousa, 2018. Ristiriitaisten arvostelmien ja tunteiden kohdalla on kuitenkin mielestäni mahdollista, että ristiriitaiset tunteet saattavat aiheutua

Arvostelmateorian kritiikki on johtanut moniin erilaisiin ratkaisuehdotuksiin ja vähitellen myös *FT:n* ja *ET:n* lähentymiseen, niin että nykyisin teorioiden rajat ovat hämärtyneet. Scarantinon ja de Sousan mielestä esimerkkejä arvostelmateorian kritiikkiin lupaavasti vastanneista nykyteorioista ovat *Add-on-strategy* eli lisäysstrategia ja *Alternate cognitions strategy* eli vaihtoehtoisten kognitioiden strategia. Näistä ensimmäisen mukaan tunteet eivät ole vain arvostelmia, vaan yhdistelmä arvostelmia, uskomuksia ja haluja. Osa teoreetikoista lisää joukkoon vielä tuntemukset (engl. *feelings*). Jälkimmäisen teorian mukaan meidän tulisi korvata laaja arvostelmien käsite yksityiskohtaisemmalla kognitiivisten tapahtumien analyysillä. Siten voitaisiin ehkä paremmin selittää tunteiden intentionaalisuutta. Näihin yksityiskohtaisempiin analyyseihin sisältyvät muun muassa arvomaailman ja merkityksenannon tarkastelu. Filosofit pohtivat muun muassa, mikä merkitys tunteiden muodostumiselle on ihmisen arvojärjestelmällä tai sillä välitetäänkö tunteen kohteesta tai pidetäänkö tunteen kohdetta tärkeänä.<sup>92</sup>

*MT:n* edustajat pyrkivät selittämään, miten tunteet ja toiminta liittyvät toisiinsa. Esimerkiksi *Attitudinal theory of emotions* eli asenneteorian kannattajien mukaan ihmisen pelko ei ole arvostelma eikä havainto vaarasta. Pelko on kognitiivinen asenne, jossa ”pidän vaarallisena”-asenne (engl. *taking-as-dangerous*) on kohdistettuna tiettyyn objektiin, kuten aseistettuun minua kohti juoksevaan henkilöön. Tunne on siis ihmisen asenne ja kokemus, johon liittyy kehon valmius toimia. Tässä esimerkkitapauksessa kognitiivinen asenteeni voisi ilmetä esimerkiksi kokemuksena, jossa tunnen kehoni valmistautuvan pakenemiseen.<sup>93</sup>

*Motivational Theory of Emotions* eli tunteiden motivaatioteoria puolestaan esittää, että tunteet tulisi ymmärtää käyttäytymiseen liittyvinä prosesseina tai motivaatitiloina, joihin sisältyy arvostelmia, havaintoja ja tuntemuksia (engl. *feelings*). Nämä yhdessä tarjoavat suunnan käytökselle. Toisin sanoen tunteet ovat kuin monimutkaisia ohjelmistoja, jotka aikaansaavat tilanteeseen parhaiten sopivia toimintaimpulsseja.<sup>94</sup>

---

tiedostamattomista arvostelmista. Näin ollen kohdan neljä esimerkkitilanteessa lentoa pelkäävällä henkilöllä saattaisi olla arvostelma vaarallisuudesta, vaikka hän esimerkiksi väittäisi olevansa vakuuttunut tilastoista, jotka osoittavat lentämisen olevan turvallista.

<sup>92</sup> Scarantino & de Sousa, 2018. (Strategioiden suomennokset ovat minun.)

<sup>93</sup> Scarantino & de Sousa, 2018. (Suomennos ”asenneteoria” on minun.)

<sup>94</sup> Scarantino & de Sousa, 2018. (Suomennos ”tunteiden motivaatioteoria” on minun.)

Päinvastoin kuin *MT*, *psykologinen konstruktivismi* väittää, että tunteet muodostuvat opittujen toimintatapojen, kasvojen ilmeiden ja autonomisen hermoston tilan muutoksista kehossa sekä aivoissa. Näin ollen tunteilla (engl. *emotions*) ei ole ontologista statusta. Tunteet eivät ole jotakin, joka aiheuttaa muutoksia esimerkiksi käyttäytymisessä, vaan muutokset sensorisissa, motorisissa, aistillisissa ja fysikaalisissa toiminnoissa aiheuttavat tunteita. Konstruktionismin kannattajat ovat vakuuttuneita, että tunteet muodostuvat lukuisista komponenteista. Heidän mielestään ei ole olemassa selvärajaisia perustunteita, kuten vihaa, pelkoa tai inhoa, joita voitaisiin tutkia tieteellisesti. Teorian yksi kulmakivistä on niin sanottu *core affect*. Tämä ydintunne on neurologinen tila, jossa ihminen kokee sekoituksen hedonistisia (miellyttävä-epämiellyttävä) ja vireystilaan liittyviä (ei-aktivoitunut-aktivoitunut) tuntemuksia.<sup>95</sup>

Teoreetikkojen mielestä meihin vaikuttaa jatkuvasti jokin tällainen *ydintunne*. Se toimii kuten mittari, joka raportoi meille siitä, miten asiat ympärillämme ovat ja mikä on suhteemme näihin asiantiloihin. Mittauksen ”tulokset” muodostavat sekoituksen miellyttävä-epämiellyttävä ja ei-aktivoitunut-aktivoitunut akselilla ja niiden ”yhteenlaskettu” lopputulos on tuntemamme tuntemus (engl. *feeling*).<sup>96</sup>

Lähempänä *MT*:n näkemyksiä on konstruktivismin sosiaalikonstruktivistinen haara, jonka mukaan tunteet ovat ikään kuin työkaluja, joiden avulla suoritetaan tehtäviä sosiaalisessa kanssakäymisessä. Sen mukaan tunteita tulisi käsitellä pikemminkin rooleina ja toimintoina eikä passioina, eli kokemuksellisinä tiloina, jotka tuntuvat joltakin.<sup>97</sup> Käsittelen tunteiden sosiaalista ulottuvuutta lisää erityisesti luvussa 3.3.

## 2.2.4 Neuropsykologia ja keholliset tunteet

Neuropsykologia tutkii tunteita biologian näkökulmasta. Se tarkastelee fysiologisia, kehityspsykologisia ja evoluutiobiologisia mekanismeja, jotka

---

<sup>95</sup> Scarantino & de Sousa, 2018. (Suomennos ”ydintunne” on minun.)

<sup>96</sup> Scarantino & de Sousa, 2018. Erilaisista tunnetiloista on laadittu suuntaa-antava taulukko, jossa on x- ja y-akseli. Asteikossa epämiellyttävä on x-akselilla vasemmalla ja miellyttävä oikealla. Aktivoitunut on y-akselilla ylhäällä ja ei-aktivoitunut on alhaalla. Sen perusteella esimerkiksi suru on x-akselilla ääri laidassa kohdassa epämiellyttävä tunne. Y-akselilla suru on keskellä aktivaatio-ei-aktivaatio asteikkoa. Uupumus on vastaavasti epämiellyttävä tunne, joka saa y-akselilla ääriarvon ei-aktivoitunut. Rauhallisuus saa uupumuksen kanssa saman arvon y-akselilla eli asteikossa aktivaatio-ei-aktivaatio, mutta toisin kuin uupumus, se saa x-akselilla arvon miellyttävä.

<sup>97</sup> Scarantino & de Sousa, 2018.

liittyvät käyttäytymiseen ja kokemuksiin. Neuropsykologian tutkimustulokset kiinnostavat neuropsykologien lisäksi myös muun muassa mielenfilosofiaan, tunteiden filosofiaan ja empatiaan erikoistuneita tutkijoita.<sup>98</sup> Neuropsykologia ei ole vain tutkimusala, vaan teoreettinen suuntaus, jonka mukaan ihmisen käytös ja ajattelu ovat selitettävissä aivoihin liittyvien mekanismien avulla.<sup>99</sup> Monissa kehollisissa teorioissa otetaan kuitenkin aivojen lisäksi huomioon muutkin kehon prosessit ja tutkitaan niiden yhteyttä tunteiden ja tietoisien tilojen muodostumisessa.<sup>100</sup> Neuropsykologian mukaan tunteet ovat pohjimmiltaan biologisia tapahtumia. Ne ovat kehollisia tuntemuksia, jotka ovat riippuvaisia kehollisista sensaatioista ja kehon toiminnoista.<sup>101</sup>

Neuropsykologian tavoitteena on selvittää, mitkä keholliset mekanismit ovat tunteiden kannalta merkittäviä sekä ymmärtää, millaisella tavalla tunteet meihin vaikuttavat.<sup>102</sup> Kuuluisa James-Langen tunneteoria, joka on nimetty filosofi, psykologi William Jamesin (1842–1910) ja fyysikko Carl Langen 1834–1900) mukaan, väittää, että tunteet ovat fyysisiä muutoksia kehossa. Kehon toiminnan muutokset tapahtuvat ensin ja vasta sen jälkeen voimme puhua tunteesta. Tunteelle antamamme nimi on siis kehon toiminnallisen tapahtuman nimeämistä. Teorian mukaan vihaustumme, koska hyökkäämme ja pelkäämme, koska juoksemme pakoon.<sup>103</sup>

Teorian vastustajat ovat kritisoineet teoriaa esimerkiksi väittämällä, etteivät sisäelimiä muutokset ja elimellinen tieto riitä muodostamaan jotakin tiettyä tunnetta. Muutokset eivät myöskään ole tarpeeksi erilaisia ja nopeita, jotta ne voisivat selittää sen, miten nopeasti kykenemme tunnistamaan jonkin tilanteen surulliseksi, pelottavaksi tai onnelliseksi. Tällä hetkellä asiassa ei ole saavutettu konsensusta eri näkemysten välillä. Psykologi James W. Kalatin mukaan konsensuksen saavuttamista estää mahdollisesti myös se, että teoreetikot puhuvat eri asioista, vaikka he käyttävätkin samoja termejä. Kun kehollista teoriaa kannattava tutkija puhuu emotionaalisista tuntemuksista (engl. *emotional feelings*) he tarkoittavat kirjaimellisesti tuntemuksia (engl. *feelings*) eli kehollisia

---

<sup>98</sup> Kalat 2016, 5. Neuropsykologian englanninkielisiä vastineita ovat *biological psychology*, *physiological psychology*, *psychobiology*, *biopsychology* ja *behavioral neuroscience*. *Neuroscience* keskittyy kuitenkin muita edellämainittuja enemmän kemian ja anatomian tutkimiseen.

<sup>99</sup> Kalat 2016, 5.

<sup>100</sup> Krueger & Szanto, 2016, 864.

<sup>101</sup> Kalat 2016, 365–357; Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>102</sup> Kalat 2016, 356.

<sup>103</sup> Kalat 2016, 357; Scarantino & de Sousa 2018.

sensaatioita (engl. *sensations*).<sup>104</sup> Monet tunteista puhuvat teoreetikot viittaavat samoilla termeillä kuitenkin kokonaiseen emotionaaliseen kokemukseen.<sup>105</sup>

Myöhemmin Jameskin muutti näkemystään ja esitti, että tunteet sisältävät kognitioita, tuntemuksia ja toimintoja. Kognitiivinen osatekijä oli hänestä ensisijainen. Hänen mielestään muodostamme ensin tilanteesta arvostelman, jonka mukaan se on esimerkiksi hyvä, huono tai pelottava. Arvostelman perusteella toimimme tilanteeseen sopivalla tavalla; hymyilemme, hyökkäämme tai pakenemme paikalta. Toimintamme aiheuttaa meissä lopulta emotionaalisen tuntemuksen. Nykytiedon mukaan James-Langen tunneteoria on ongelmallinen, koska sen perusteella ihmisten, joilla on esimerkiksi heikkous autonomisessa järjestelmässä, tulisi tuntea vähemmän tunteita. Tästä ei kuitenkaan ole selkeää näyttöä. Esimerkiksi onnettomuuden takia liikuntakykynsä menettäneet henkilöt raportoivat, että he kokevat tunteita samalla tavalla onnettomuuden jälkeen kuin ennen onnettomuutta.<sup>106</sup>

On kuitenkin olemassa myös teoriaa osittain tukevaa näyttöä. Jotkut ihmiset, jotka sairastavat autonomiseen hermostoon liittyvää sairautta nimeltä *pure autonomic failure* eivät reagoi stressaaviin tilanteisiin hikoilemalla. Heidän verenpaineessaan tai sydämen sykkeessä ei myöskään tapahdu tällaisissa tilanteissa normaalisti tapahtuvia muutoksia. James-Lange teorian mukaan näiden ihmiset ei tulisi raportoida mitään tunteita. He kuitenkin kertovat kokevansa samoja tunnetiloja kuin muutkin eikä heillä ole ongelmia tunnistaa, mitä tunnetta jokin hahmo fiktiivisessä tarinassa todennäköisesti tuntisi. Huomionarvoista on James-Langen tunneteorian näkökulmasta on kuitenkin se, että he raportoivat tuntevansa sairastumisensa jälkeen selkeästi vähemmän intensiivisiä tunteita kuin ennen sairastumista.<sup>107</sup>

James-Langen tunneteoriaa puoltaa myös klassinen kynätesti. Jos pidät kynää hampaittesi välissä jonkin aikaa, elimistössäsi saattaa syntyä vastaavanlaisia hyvää oloa tuottavia kemikaaleja kuin tilanteissa, joissa hymyilet. Näin ollen kasvojen ilmeillä on suora vaikutus tunnetilaan (eikä vain päinvastoin). Kasvojenilmeet eivät kuitenkaan ole välttämättömiä, jotta voisimme tuntea iloa.

---

<sup>104</sup> Kalat 2016, 358–359. Fysiologisen tiedon mukaan sensaatiot syntyvät aistinelimissä (engl. *sense organ*) ja tuovat esiin kehollisia toimintoja ja kehon tiloja.

<sup>105</sup> Kalat 2016, 358–359.

<sup>106</sup> Kalat 2016, 357. Scarantino & de Sousa, 2018 ovat sitä mieltä, että James-Lange -teorian suurin puute on se, ettei teoria tarjoa mitään näkökulmaa tunteiden merkityksestä rationaalisen ihmisen ajattelun ja toimijuuden kannalta.

<sup>107</sup> Kalat 2016, 357.

Esimerkiksi Möbius syndroomasta kärsivät ihmiset eivät voi liikuttaa kasvojensa lihaksia normaaliin tapaan, mutta he kokevat silti ilon tunnetta ja ovat huumorintajuisia.<sup>108</sup> Edellä mainitsemani tapaukset valaisevat nykytietämystä siitä, että fysiologiset reaktiot eivät riitä synnyttämään emotionaalisia tuntemuksia, vaikka fysiologia vaikuttaakin niihin.<sup>109</sup>

Vaikka James-Langen tunneteoria on sellaisenaan osoittautunut virheelliseksi, monet psykologit ajattelevat, kuten James, että tunteet sisältävät kognitioita, tuntemuksia ja toimintoja. Kuvittele, että osallistut ystäväsi vihkimistilaisuuteen kirkossa. Kognitiokomponentti tässä tilanteessa voisi olla vaikkapa ajatus ”Onpa ihana hääjuhla ja kaunis kirkko.” Tuntemuskomponentti saattaisi olla esimerkiksi ”Tunnen itseni iloiseksi.” Toiminnallinen komponentti pitää sisällään autonomisia reaktioita ja kehollisia tapahtumia. Keholliset tapahtumat voivat olla sekä automaattisia että tahdonalaisia.<sup>110</sup> Saatat esimerkiksi hymyillä leveästi kaikille, joita tapaat kirkon käytävällä. Samaan aikaan sydämesi syke voi olla kohonnut sinulle ehkä jännittävässä sosiaalisessa tilanteessa. Muut häävieraat tulkitsevat leveän hymysi todennäköisesti tarkoittavan, että koet onnentunnetta. Voi kuitenkin olla, että olet pikemminkin jännittynyt. Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen ei olekaan aina ihan helppoa. Saatamme olla epä tietoisia siitä, mitä muut tuntevat ja epävarmoja siitä, mitä itse tunnemme.

Tutkijat eivät ole varmoja sisältyykö tunteisiin joitakin aivan erityisiä ilmaisullisia, autonomisia tai neuraalisia tapahtumia ja muutoksia, joita voitaisiin havaita ja tutkia<sup>111</sup>. Tunteiden tutkimuksessa käytetään erilaisia menetelmiä ja laitteita. Fysikaalisia muutoksia aivoissa voidaan kartoittaa positroniemissiotomografiakuvauksella eli PET-TT tutkimuksella ja toiminnallisella magneettikuvauksella eli fMRI:llä. Niiden avulla voidaan esimerkiksi tutkia, millaista aktivaatiota aivojen eri osissa tapahtuu, kun ihmiset kuuntelevat tunteita herättäviä tarinoita tai katsovat koskettavia kuvia. Mikään yksittäinen tunne ei aktivoi vain jotakin tiettyä aivojen aluetta, vaan lukuisat aivokuoren osat aktivoituvat ihmisen raportoidessa esimerkiksi iloa, surua, pelkoa, vihaa tai inhoa. Mikään aivoalue ei myöskään palvele yksinomaan

---

<sup>108</sup> Kalat 2016, 358–359. Myös sydämen sykkeen kasvu lisää sekä miellyttävien ja epämiellyttävien tunteiden voimakkuutta. Sykemäärä vaikuttaa eniten tunteisiin henkilöillä, jotka ovat herkkiä havaitsemaan oman sydämensykkeensä. Herkkyys on arvioitu ihmisen kyvyllä laskea oman sydämensykkeensä määrä.

<sup>109</sup> Kalat 2016, 358.

<sup>110</sup> Kalat 2016, 356–357.

<sup>111</sup> Scarantino & de Sousa, 2018.



tunteiden käsittelyssä, vaan Kalatin mukaan samat aivoalueet vaikuttavat myös muuhun käyttäytymiseen.<sup>112</sup> Näin ollen aivoja, tai muitakaan kehon tapahtumia tutkimalla ei ole mahdollista selvittää, mitä kaikkia tunteita on olemassa tai miten tunteita voisi eritellä toisistaan. Toisin sanoen kehon tiloista saatavat tutkimustulokset eivät tarjoa riittävästi tietoa, jotta voitaisiin kehittää tunteita kuvaavia taksonomioita.<sup>113</sup>

Tästä huolimatta monet tutkijat toivovat, että he onnistuvat identifioimaan erilaisiin tunnekokemuksiin sisältyviä elementtejä ja luomaan taksonomian perustunteista. Kalatin mielestä olisi mahdollista luoda kategoriat perustunteille, jos tutkijat voisivat osoittaa, että tietyt aivoalueet ovat välttämättömiä ja aktivoituvat tietyn tunteen aikana. Tällaisia tutkimustuloksia ei toistaiseksi ole. Vahvin todiste perustunteiden puolesta on se, että kasvojenilmeet vaihtuvat tyypillisesti ainakin surun, pelon, ilon, yllättyneisyyden, inhon ja vihan kohdalla.

Monet psykologeista eivät kuitenkaan ole vakuuttuneita, että ilmeet viittaisivat systemaattisesti tiettyihin perustunteisiin. Eräässä tutkimuksessa osallistujille näytettiin valokuva, jossa oli tennispelaaja turnauksen jälkeen. Osallistujien piti arvata, oliko pelaaja iloinen eli voittanut vai surullinen eli hävinnyt. Pelkästään kasvokuvaa tarkastelemalla osallistujat eivät onnistuneet saavuttamaan arvaamista parempia tuloksia. Kasvokuvassa näkyvä ilme ei siis auttanut pääättelemään, oliko pelaaja voittanut ottelun vai ei.<sup>114</sup> Olen itse nähnyt vastaavan kuvan. Siinä pelin voittanut urheilija näyttää itkevän. Vain mitali kaulassa ja kukkakimppu paljastavat, että urheilija on voittanut. Tunnetilan tunnistamiseksi tarvitaankin usein myös muita vihjeitä kuin kasvojen ilme. Vihjeitä voivat tarjota esimerkiksi kehon asento, ympäristön tapahtumat, eleet ja äänensävy. Esimerkiksi yksinkertainen lausahdus, ”Näin mitä teit”, voi viestiä hyvin erilaisia tunteita, kuten tyytyväisyyttä, surua, vihaa, yllättyneisyyttä, inhoa tai tyytyväisyyttä. Epäselvät vihjeet sosiaalisissa tilanteissa aiheuttavat haasteita vihjeitä vastaanottavan yksilön tunneilmaisulle, empatialle ja tunteiden mukauttamiselle vuorovaikutustilanteeseen soveltuvalla tavalla.<sup>115</sup>

---

<sup>112</sup> Kalat 2016, 359–360. Kalat vaikuttaa minusta niputtavan tässä kohtaa tekstiään tunteet ja käyttäytymisen. Kielellinen ilmaisutapa muistuttaa behavioristisen koulukunnan kantaa. Behaviorismin mukaan tunteet ovat käyttäytymistä. Behaviorismi on nykyisin vahvasti kyseenalaistettu.

<sup>113</sup> Kalat 2016, 360; Scarantino & de Sousa, 2018.

<sup>114</sup> Kalat 2016, 361–362.

<sup>115</sup> Kalat 2016, 362. Kalliopuskan (1983) mukaan 65 prosenttia itseilmaisustamme on muuta kuin kielellistä, kuten ilmeitä, eleitä, asennon muutoksia, liikehdintää ja äänensävyjä. (s.14.)

## 2.2.5 Jaettujen ja laajentuneiden tunnetilojen teesi (ExE)

Tässä tutkielmani viimeisessä nykyisiä tunneteorioita käsittelevässä osiossa tarkastelen teesiä nimeltä *extended emotions (ExE)*, jolla on vahva yhtymäkohta myös empatiatutkimukseen. Filosofi Joel Krueger ja Thomas Szanto väittävät, että aivan viime aikoihin asti filosofit ja psykologit ovat pitäneet tunteita aivojen ja kehon tiloina. Heidän mielestään kyseinen ”oikeaoppisuus” on nyt kuitenkin haastettu. Monet tutkijat esittävät, että ainakin osa tunteista laajenee tunnetta kokevan yksilön kehon ulkopuolella sijaitseviin kohteisiin. He siis uskovat, että tunne voi ulottua neuropsykologisten rajojen tuolle puolen.

Krueger ja Szanto väittävät, että *ExE* tarjoaa uuden ontologisen näkökulman tunteille, sillä *ExE:n* mukaan tunteet voivat olla jaettuja usean eri yksilön välillä ja laajentuneita ympäristöön, kuten esineisiin.<sup>116</sup>

Vaikka *ExEn:n* lähtökohdat ovat filosofiassa, sen kysymyksenasettelut ja näkökulmat ovat osittain lähellä sosiaalipsykologian ja sosiologian tutkimusaiheita.<sup>117</sup> *ExE* yhtyy väitteisiin, joiden mukaan tunteet ovat yhteydessä biologiaan ja sosiokulttuuriin. Tunteet vaikuttavat sellaisissa sosiaalisissa prosesseissa, joissa lähetämme toisillemme signaaleja synnyttääksemme toivottuja vastineita, viestittääksemme näkemyksiämme, vaikuttaaksemme muiden käyttäytymiseen ja muokataksemme yhteistä kokemusta ja toimintaa. *ExE:n* erityispiirre on kuitenkin se, että ympäristö ja siinä oleva informaatio ovat *ExE:n* mukaan kirjaimellisesti osa kognitiota ja ihmisen tunnekokemusta. Kognitio ja tunne eivät siis sijaitse vain yksilössä ja hänen sisäisessä mielenmaailmassaan, vaan kognitio ja tunne ovat yksilöä ympäröivän maailman kiinteä osa.<sup>118</sup>

*ExE* tutkii sitä, miten tunteet voivat sijaita maailmassa ja olla sosiaalisesti jaettuja lukuisten yksilöiden välillä esimerkiksi teknologian ja materiaalsen kulttuurin, kuten uskonnollisten esineiden tai kaupallisten tilojen kautta.<sup>119</sup> Se tarkastelee lisäksi sitä, miten esineet ja muut ulkoiset resurssit voivat toimia tunnesäätelymme osatekijöinä.<sup>120</sup>

Krueger ja Szanto väittävät, että käytämme joka päivä erilaisia tiloja ja tavaroita tavoilla, joiden päämääränä on oman (tai toisten) tunnekokemuksen

---

<sup>116</sup> Krueger & Szanto 2016, 863. *ExE* kyseenalaistaa internalismin, jossa oletetaan, että tietty mentaalinen ilmiö, kuten motivaatio tai arvostelma perustuu ensisijaisesti ihmisen sisäisiin tekijöihin.

<sup>117</sup> Krueger & Szanto 2016, 863.

<sup>118</sup> Krueger & Szanto 2016, 865.

<sup>119</sup> Krueger & Szanto 2016, 868.

<sup>120</sup> Krueger & Szanto 2016, 866–867.

manipulointi. Maalaamme esimerkiksi seiniä eri värisävyillä, juomme viiniä, poltamme suitsukkeita, himmennämme valaistusta, pukeudumme tietyllä tavalla ja soitamme musiikkia saadaksemme aikaan tai ylläpitääksemme jotakin tunnetilaa.<sup>121</sup> Matkaillessamme ulkomailla saatamme vierailla kirkoissa – emme välttämättä siksi, että olisimme uskonnollisia – vaan kokeaksemme emotionaalista liikutusta ollessamme kauniin arkkitehtuurin, taiteen, hyvien tuoksujen ja kynttilänvalon ympäröiminä.

Kaikki yllä mainitut tunnettamme manipuloivat tekijät eivät kuitenkaan täytä kriteerejä, joiden perusteella ne ovat laajennettuja tunnetiloja (engl. *extended emotions*). Laajentunut tunne ei ole vain yksisuuntainen vaikutus, joka ulottuu ympäristöstä yksilöön, vaan kausaalisen suhteen tulee ulottua myös yksilöstä ympäristöön. Kausaalisen suhteen tulee siis ensinnäkin olla molemminpuolinen. Toiseksi, suhteen tulee olla integroitu siten, että osapuolet muodostavat yhden kokonaisuuden. Kolmanneksi, yhteisen prosessin kautta tulee syntyä jotakin sellaista, joka ei voisi syntyä ilman yhteistä jaettua prosessia.<sup>122</sup>

Filosofit ja musiikkitieteilijät esittävät, että musiikintekeminen täyttää kyseiset ehdot. Musiikki onkin ollut pitkään keskeisessä roolissa *ExE*-tutkimuksessa. Kun muusikko on aktiivisesti uppoutunut soittamaan (materiaalisella ja muusikon ulkopuolella olevalla) instrumentillaan, muusikko voi kokea tunteita sellaisella syvyydellä ja intensiteetillä, joka ei olisi mahdollista ilman instrumenttiin laajentunutta palauteluuppia. Instrumentin kautta syntyvät äänen fysikaaliset ominaisuudet (äänenvoimakkuus, intensiteetti, rytmi jne.) houkuttelevat muusikossa esiin tiettyjä tunnevastineita ja säätelevät tunteen laatua ja dynamiikkaa reaaliaikaisesti soittamisen hetkellä. Nämä tunnekokemukset vaikuttavat siihen, miten muusikko soittaa seuraavaksi ja tämä puolestaan vaikuttaa edelleen tunnekokemukseen.<sup>123</sup>

Musiikin kuuntelijakin voi joissain tilanteissa tulla integroiduksi musiikkiin ja musiikkilaitteeseen, koska nykYTEknologia mahdollistaa sen, että kuuntelija voi reaaliajassa manipuloida musiikkia ja samalla omaa tunnekokemustaan. *ExE* suhtautuu musiikkiin materiaalisoituna kulttuurina, jonka manipuloiminen puolestaan manipuloi kehon neurologisia ja fysiologisia tapahtumia ja vaikuttaa siihen, millaisia manipulatiivisia toimintoja teemme seuraavaksi tai miten

<sup>121</sup> Krueger & Szanto 2016, 866–867.

<sup>122</sup> Krueger & Szanto 2016, 866–867. Englanniksi vaatimukset kausaaliselle suhteelle on ilmaistu sanoilla 1. *coupled* ja 2. *integrated* 3. *functionally gainful*

<sup>123</sup> Krueger & Szanto 2016, 867.

käyttäydymme. Koska kehomme ulkopuolella olevien resurssien formaatit ja dynamiikat ovat erilaisia kuin kehomme neurologiset resurssit, ne tarjoavat uusia muotoja tunnekokemukselle ja tunteen ilmaisulle. Tällä perusteella kehon sisäsyntyiset resurssit eivät ole tunnesäätelyn ainut lokus eli sijaintipaikka.<sup>124</sup>

Ihmisten välillä tunteet voivat laajentua kahdella eri tavalla.

Yksinkertaisesti tunteet voivat laajentua interpersoonallisessa kohtaamisessa kasvokkain. Monimutkaisemmissa prosesseissa tunteet voivat laajentua erilaisissa sosiokulttuurisissa prosesseissa ja ryhmissä. Yksi esimerkki on vauvan ja hänen hoitajansa vuorovaikutussuhde, jossa sekä vauva että hoitaja muodostavat tunne-elämän kannalta erityisen integroidun suhteen. Kummankin osapuolen affektiiviset toimet vaikuttavat molempien osapuolten tunneilmaisuun ja tunteidensäätelyyn uniikilla tavalla. Tällainen dyadinen eli kahdenkeskinen laajentunut yhteissäätelymekanismi ja jaettu tunnetila voi syntyä myös kahden aikuisen kesken esimerkiksi romanttisessa suhteessa, kaveriporukassa tai tanssiparien välille. Tanssiessa rytminen adaptoituminen eli mukautuminen toisen liikkeisiin ei pelkästään toiminnallisesti lisää itsensäätelyä, vaan se synnyttää emotionaalisia palautekuppia yksilöiden kesken. Toisinaan tällaisessa hetkessä syntyy myös täysin uusia ennenkokemattomia tunteita.<sup>125</sup>

Paljon käsitelty aihe on myös jaettu suru. Filosofi ja fenomenologi Max Scheler (1874–1928) kuvailee tilannetta, jossa äiti ja isä seisovat yhdessä kuolleen lapsensa vieressä. Samalla kun he katsovat lapsen ruumista he molemmat kokevat myös toinen toistensa keholliset tunteenilmaisut. He itkevät yhteistä itkua ja pitäessään toisiaan kädestä he tuntevat kämmenien lihasten liikkeitä. Molemmilla vanhemmilla on suora aisteihin pohjautuva pääsy toinen toisensa suruun ja ilmaisuihin, jotka vaikuttavat luopin tavoin ja läpäisevät kummankin osapuolen surua. Jaetun surun lisäksi tunteen emotionaalinen fokus eli kuollut lapsi on yhteinen. Yhteisiä ovat myös muistot ja kokemukset, jotka määrittelevät heidän yhteistä narraatiotaan lapsen kanssa. Vanhemmat ovat näin ollen surun hetkessä integroituneita toinen toisiinsa monilla eri tavoilla ja eri ajanjaksoihin sijoittuvien kokemusten kautta. Kruegerin ja Szanton mukaan kyseessä on interpersoonallinen jaettu tunnetila. Vanhemmat eivät koe surunsa olevan ”minun” ja ”sinun” suru,

---

<sup>124</sup> Krueger & Szanto 2016, 867–868.

<sup>125</sup> Krueger & Szanto 2016, 868–869.

vaan suru on ”meidän”.<sup>126</sup> Palaan Scheleriin ja kyseiseen esimerkkiin myöhemmin, kun käsittelen tarkemmin empatiaa.

Ryhmissä tai sosiokulttuurillisella tasolla jaettuja tai laajentuneita tunnetiloja voi esiintyä esimerkiksi silloin, kun koetaan surua terrorismin, luonnonkatastrofien tai kansallisten traumojen vuoksi. Jaettua häpeää tai syyllisyyttä voi puolestaan esiintyä esimerkiksi kansanmurhien takia. Juhlallisia emootioita voidaan jakaa kansallisten urheilutapahtumien aikana ja ylpeyden tai itsevarmuuden tunteita saatetaan kokea isänmaallisissa yhteyksissä.<sup>127</sup>

Krueger ja Szanto tuovat esille, että *ExE* on varsin uusi ja kehittyvä teesi. *Exe:n* kannattajat eivät ole keskenään kaikista tunteisiin liittyvistä näkökulmista samaa mieltä. Yleensä he ovat kuitenkin kaikki kiinnostuneita siitä, että osa tunteiden komponenteista voi laajentua materiaan sekä sosiaalisiin- ja kulttuurisiin rakenteisiin. Krueger ja Szanto myöntävät kuitenkin, että tarvitaan lisätutkimusta, jotta voidaan selvittää esimerkiksi, mitkä tunteiden komponenteista (kognitiiviset, kokemukselliset jne.) ja minkä tyyppiset tunteet (mielialat, keholliset tuntemukset, temperamentti jne.) voivat laajentua yksilön neuropsykologisen järjestelmän ulkopuolelle. Tulevaisuudessa tutkimuksessa keskitytään myös yksityiskohtaiseen analyysiin yhdessä jaettujen ja laajentuneiden tunneprosessien mekanismeista ja rakenteesta.<sup>128</sup>

Ennen kuin siirryn tarkastelemaan yksityiskohtaisemmin tunteiden sosiaalisia ulottuvuuksia ja empatiaa, syvennyn uskonnollisiin tunteisiin.

## 2.3 Uskonnolliset tunteet

Tässä luvussa tarkastelen uskonnollisia tunteita ja hyvin erilaisia tapoja, joilla niihin on suhtauduttu. Viittaan etenkin filosofi Robert Robertsin artikkeliin ”*Emotions in the Christian Tradition*”, jossa hän käsittelee useiden juutalaiskristilliseen traditioon kuuluvien ajattelijoiden näkemyksiä. Perehdyn lisäksi tarkemmin luvussa 2.2.4 taustoittamani William Jamesin näkökulmiin ja tuon esille Sigmund Freudin mielipiteitä. Esittelen myös teologi ja lähetyssaarnaaja Jonathan Edwardsin (1703–1758) ajatuksia.

Vertailen useita näkökulmia ja vastauksia kysymyksiin: Onko uskonnollisilla tunteilla perimmäinen olemus (engl. *essence*)? Onko niin, että on olemassa jokin tietty uskonnollisen tunteen laji, vai onko niin, että on olemassa

<sup>126</sup> Krueger & Szanto 2016, 869.

<sup>127</sup> Krueger & Szanto 2016, 869.

<sup>128</sup> Krueger & Szanto 2016, 870, 872–873.

useita ja erilaisia uskonnollisia tunteita? Kuinka uskonnolliset tunteet eroavat muista ”tavallisista” tunteista? Ovatko uskonnolliset tunteet kognitiivisia vai ei-kognitiivisia? Mitä arvoa uskonnollisilla tunteilla on? Uskonnollisten tunteiden epistemologisen arvon rajaamiseksi tutkielmastani pois, vaikka uskonnollisten tunteiden merkittävyys tiedon näkökulmasta onkin kiinnostava tutkimusaihe.

Aloitan esittelemällä Jamesin ajatuksia. Jamesin mielestä uskonnolliset tunteet eivät eroa laadullisesti muista tunteista. Hän ei usko, että on olemassa jokin abstrakti uskonnollinen erityistunne, joka on aina läsnä uskonnollisissa kokemuksissa ja on erilainen kuin muut mentaaliset tunnetilat. Hänen mukaansa jotkut ihmiset yhdistävät uskonnollisen tunteellisuuden (engl. *religious sentiment*) esimerkiksi kokemukseensa tietynlaisesta riippuvuudesta tai yhteenkuuluvuudesta (engl. *the feeling of dependence*), kun taas toiset yhdistävät sen pelkoon, osa seksuaalisiin kokemuksiin ja jotkut tuntemuksiin äärettömästä. Jamesin mielestä uskonnollinen tunteellisuus on yhteisnimitys tunteille, joita uskonnolliset objektit eli kohteet voivat herättää. Uskonnolliset tunteet ovat verrannollisia muihin tunteisiin eivätkä ne sisällä mitään psykologista erityisluonnetta tai tekijää, joka tekisi niistä erityisesti uskonnollisia.<sup>129</sup>

Uskonnolliset tunteet, kuten uskonnollinen pelko, uskonnollinen rakkaus, uskonnollinen lumous, uskonnollinen ilo ja niin edelleen, ovat erilaisia muihin tunteisiin nähden vain sillä perusteella, että uskonnollisilla tunteilla on uskonnollinen objekti. Uskonnollinen rakkaus on ”tavallista” rakkautta, joka kohdistuu uskonnolliseen objektiin ja uskonnollinen pelko on tavallista pelkoa, joka kohdistuu esimerkiksi jumalalliseen rangaistukseen. Uskonnollinen lumous on verrannollinen tunteeseen, joka voi syntyä vaikkapa vuorenrinteellä tai metsässä iltahämärässä, mutta uskonnollisen lumouksen aiheuttajana on ajatus jostakin yliluonnollisesta aiheuttajasta.<sup>130</sup>

James toteaa silti, että nämä uskonnolliset tunteet voidaan erottaa muista psykologisista tiloista ja konkreettisista tunteista. Ne eivät kuitenkaan ole todiste siitä, että olisi olemassa yksittäinen abstrakti uskonnollinen tunne, joka olisi olemassa sellaisenaan.<sup>131</sup> Uskon Jamesin tarkoittavan argumentillaan sitä, että vaikka uskonnollinen tunne on psykologisesti aidosti olemassa oleva,

---

<sup>129</sup> Roberts, 2016; James 1902, 43–44. Arvelen, että uskonnollisiin tunteisiin yhdistyvistä ja seksuaalisia kokemuksia muistuttavista tunteista esimerkkinä voisi toimia hurmoksellinen kiintymyksen tai rakastumisen tunne, joka voi kohdistua uskonnolliseen kohteeseen.

<sup>130</sup> Roberts, 2016; James 1902, 44.

<sup>131</sup> Roberts, 2016; James 1902, 44.

uskonnollisuudesta viriävä tunnetila, James ei pidä uskonnollista tunnetta omana perustunteeseen verrannollisena taksonomisena tunnelajina.

Roberts puolestaan yhdistää uskonnolliset tunteet niihin ajattelumalleihin ja käytäntöihin, jotka ovat uskonnolle tyypillisiä. Hänen mukaansa uskonnolliset tunteet ovat moraalisen ja hengellisen elämän ilmaisuja, jotka motivoivat uskontoon kuuluvia toimintoja. Vaikka Roberts on Jamesin teeseistä pitkälti samaa mieltä, hän ei kuitenkaan vaikuta olevan täysin vakuuttunut Jamesin uskonnollisiin tunteisiin liittyvästä teoriasta. Hän yhtyy Jamesin ajatteluun siinä, että mikään tunnetyyppi ei sellaisenaan ole uskonnollinen. Robertsinkin mukaan uskonnolliset tunteet ilmenevät tavallisina tunnetyypeinä, kuten ilona, kiitollisuutena, pelkona, syyllisyytenä, levottomuutena, vihana ja niin edelleen. Se mikä erottaa kuitenkin tunteet toisistaan esimerkiksi erilaisten uskontojen kesken, on yksittäisen uskonnon opetukset yliluonnollisista asioista ja Jumalasta.<sup>132</sup> Toisin sanoen, kristityn kokema uskonnollinen pelko ei välttämättä ole sama kuin esimerkiksi muslimin tai juutalaisen kokema uskonnollinen pelko.

Roberts kiinnittääkin erityistä huomiota niihin uskonnollisiin merkityksiin, joita tietty tunne ikään kuin kannattelee tai pitää sisällään. Nämä merkitykset luovat tunteelle uniikin luonteen. Näin ollen esimerkiksi kristittyjen kristilliset tunteet ovat uniikkeja paitsi muihin uskontoihin, myös tavallisiin sekulaareihin tunnetilanteisiin nähden. Kristilliset tunteet voivat muistuttaa muita tunteita ja tuntua samanlaisilta kuin tunteet tavallisissa arjen tilanteissa. Kristillisiin tunteisiin liittyy kuitenkin erityinen kristillisen opin kautta heijastuva merkitys. Tunteet, kuten kiitollisuus, myötätunto ja katumus ilmenevät sekä uskonnollisessa että sekulaarissa kontekstissa. Uskonnolliset tunteet eivät aiheuta kehossa uniikkia sensaatiota, tuntemusta tai reaktiota, mutta ne ovat erityisiä, koska tunteeseen sisältyy uskonnollinen merkitys. Uskonnollisen ihmisen elämässä kiitollisuus, myötätunto ja katumus ovat episodeja, jotka nousevat siitä välittämisen ja tuntemisen käytännöstä, jonka uskonnollinen usko on muovannut.<sup>133</sup>

Vaikka kristinuskoon, hindulaisuuteen tai muihin uskontoihin kuuluvat uskonnolliset tunteet ovat kullekin uskonnolle ominaisia, Robertsinkin mielestä uskonnolla yleensä ei ole tunteeseen liittyvää ydintä. Toisin sanoen uskonnollisuus ei kumpua jostakin tietystä tunteesta. Tietyn uskonnon piiriin

---

<sup>132</sup> Roberts, 2016.

<sup>133</sup> Roberts, 2016.

kuuluvien tunteiden erityispiirteiden tunnistamiseen ja määrittelyyn vaaditaan koulutusta ja ymmärrystä kyseisen uskonnon käsitteistä.<sup>134</sup>

Mielestäni Robertsin teoria uskonnollisista tunteista muistuttaa teologi ja filosofi Petri Järveläisen näkemystä, koska Järveläisen mukaan uskonnollisen tunteen oleellinen piirre on ajatus Jumalasta tai yliluonnollisesta. Robertsille uskonnollisen tunteen ytimessä on uskonnollinen oppi ja siihen liittyvä käytäntö. Oppiin ja käytäntöön sisältyy erottamattomasti tietenkin myös ajatus Jumalasta tai yliluonnollisesta.

Järveläinen tarkentaa, että uskonnollinen tunne sisältää sekä kognitiivisen (engl. *cognitive component*) että tuntemuksiin liittyvän komponentin (engl. *affective-feeling component*). Uskonnolliset tunteet muodostavat oman ryhmänsä, joka voidaan tunnistaa muista tunteista kolmen tekijän avulla. Ensimmäinen kognitioehto on jo mainittu uskonnolliseen tunteeseen kuuluva ajatus Jumalasta tai yliluonnollisesta. Toinen ehto on nimeltään syvyysehto. Sen mukaan Jumalaa koskevan ajatuksen on oltavan ihmiselle eksistentiaalisesti merkittävä. Kolmannen, pragmaattisen ehdon, mukaan ajatuksen tulee kytkeytyä uskonnollisiin käytäntöihin, kuten rukoilemiseen, meditaatioon tai ylistykseen.<sup>135</sup>

Toisin kuin Roberts ja Järvinen, jotka kirjoittavat uskonnollisista tunteista melko analyttisesti ja etäisesti, teologi ja lähetyssaarnaaja Edwards käsittelee uskonnollisia tunteita tavalla, joka vaikuttaa minusta heijastavan hänen henkilökohtaista uskonnollisuuttaan. Hän kuvailee tekstissään kristillisen yhteisön sisäistä kiistaa siitä, miten tunteisiin tulisi suhtautua. Hän kehittää lisäksi kriteerejä, joiden avulla voidaan tunnistaa aito uskonnollinen tunne sellaisesta tunteesta, joka ei ole aidosti uskonnollinen. Edwards puolustaa tunteiden tärkeyttä uskonnolle, mutta korostaa samalla, että on tärkeää tutkia tunteita ja arvioida tunteiden ilmaisun tapoja kristillisessä yhteisössä.<sup>136</sup>

Hänen tavoitteenaan on korjata sekä liian passivoitunutta kristillisyyttä että herätyskristillisyydessä esiintyvää ”innokkuutta”. Ongelmana Edwards pitää sitä, että intensiiviset tunnekokemukset sekoitetaan Pyhän Hengen työhön.<sup>137</sup> Edwardsin mukaan se, että ihminen on hyvin liikuttunut tai jonkin ylevän tunteen

---

<sup>134</sup> Roberts, 2016.

<sup>135</sup> Järvinen, 2000, 44, 129.

<sup>136</sup> Roberts, 2016; Edwards, 2003 [1746].

<sup>137</sup> Edwards, 2003 [1746].



vallassa, tai se, että hän toimii hartaasti ja puhuu syvän uskonnollisesti, ei takaa hänen olevan täynnä Jumalan henkeä.<sup>138</sup>

Edwardsin mielestä ensisijaiset todisteet Pyhän Hengen työstä ihmisen elämässä ovat hyvin käytännönläheisiä. Pyhän Hengen vaikutus näkyy siis siinä, että ihminen toimii kristillisten periaatteiden mukaisesti.<sup>139</sup> Eikä siis siinä, että hän tuntee voimallisesti joitakin tunteita.

Edwardsin mukaan Pyhän Hengen vaikutusta voidaan arvioida kolmen kriteerin avulla. Ensimmäiseksi, ihmisen uskonnolliset tunteet ilmenevät kristillisen uskon periaatteiden mukaisesti eivätkä riko niitä ja kristitty ihminen toimii elämässään Raamatun opetuksen mukaisesti. Toiseksi ihminen on sitoutunut opetuksen mukaisiin periaatteisiin niin syvästi, että ne ovat ihmisen elämän ensisijainen ohjenuora ja tekojen päämäärä. Kolmanneksi, periaatteiden noudattamisen ja niissä harjaantumisen tulisi kestää kaikki haasteet ja vaikeudet ja jatkua ihmisen elämän loppuun asti.<sup>140</sup>

Edwards toteaa, että pyhimykset ovat niin täydellisesti Pyhän Hengen johtamia, että he elävät ja toimivat sen vallassa. Pyhimyksen tunteet ja kokemukset ovat Pyhän Hengen aikaansaamia. He ovat hengellisiä ihmisiä ja eroavat luonnoltaan tavallisista ihmisistä.<sup>141</sup> Näin ollen pyhimykset kokevat edelleen tunteita, mutta heidän olemuksensa on merkittävästi erilainen kuin niillä, joiden elämässä Pyhä Henki ei vaikuta samalla tavalla.

Edwardsin mukaan Jumala synnyttää uuden kyvyn pyhimysten mielissä ja tietoisuudessa. Se vaikuttaa siihen, miten pyhimykset ajattelevat ja käsittävät asioita. Kyky perustuu samaan ymmärtämisen kykyyn kuin heillä oli aikaisemminkin, mutta tämä uusi jumalallinen lahja saa pyhimyksen tahtomaan ja toimimaan jumalallisella tavalla.<sup>142</sup>

Ihmisten tunteet ylipäätään ovat Edwardsin mielestä vahvasti sidoksissa ihmisen mieleen, ymmärrykseen ja tahtoon. Ihmisen tahto ja tunteet eivät ole kaksi toisistaan erillistä asiaa, eivätkä tunteet pohjimmiltaan eroa tahdosta. Tunteet ovat yksinkertaisesti voimallisempia ja kehollisesti havaittavampia mielen taipumuksia ja tahdon ilmauksia kuin muut mielenilmaukset. Tapa, jolla ihminen luo arvostelman jostakin asiasta joko mieluisana tai epämieluisana vaikuttaa ihmisen aistillisiin kokemuksiin. Jotkut arvostelmat saavat vain vähän muutoksia

---

<sup>138</sup> Edwards, 2003 [1746], 94–96, 101.

<sup>139</sup> Edwards, 2003 [1746], 106–108.

<sup>140</sup> Edwards, 2003 [1746], 106.

<sup>141</sup> Edwards, 2003 [1746], 103.

<sup>142</sup> Edwards, 2003 [1746], 104–105.

aikaan sielussa ja ihmisen arvioimaan tilannetta vain hieman yli sellaisen tason, jota voidaan pitää välinpitämättömyytenä. Jotkut arvostelmat sen sijaan nostattavat ihmisen sielussa vahvoja tunteena koettavia tiloja. Edwardsin mukaan ihmisen mieli on tunteiden varsinainen ”kotipaikka”, vaikka tunteet vaikuttavat voimakkaasti muuallakin ihmisen kehossa. Mieli on Edwardsin mielestä erillinen ruumiista, mutta Jumala on rakentanut sielun ja kehon välille yhteyden.<sup>143</sup>

Samalla tavalla kuin maalliset tunteet ovat usein lähteenä ihmisten motivaatioille ja toiminnalle, uskonnolliset tunteet ovat uskonnollisen toiminnan kimmoke. Edwards uskoo, että ihmiset, joilla on uskonnollisiin asioihin liittyvää tietämystä, mutta ei tunnetta, eivät sitoudu uskontoon. Hän kirjoittaa ettei mikään ymmärrys itsessään ole hyvää jos se ei synnytä pyhää tunnetta sydämessä eikä mikään sydämen periaate tai sydämen tapa ole hyvä ellei ihminen niitä harjoita, eikä mikään ulkoinen ”hedelmä” ole hyvä ellei se ole saanut alkunsa edellisten kautta. Tällä tekstillään hän vastaa niille, jotka ovat arvostelleet tunteiden merkitystä uskonnolle. Hän haluaa korostaa, että aidossa uskonnollisuudessa on paikka sekä ymmärrykselle (järjelle) että tunteille. Uskonnollisen ihmisen sydän liikuttuu uskonnollisten ulottuvuuksien ja realiteettien vaikutuksesta. Jos ihminen ei koe minkäänlaisia uskonnollisia tunteita, hän ei ole oikeassa uskossa.<sup>144</sup>

Robertsin mielestä Edwardsin ajattelu on yksi esimerkkitapaus, jonka kautta on mahdollista ymmärtää, miksi uskonnolliset opettajat joskus luovat kriteerejä uskonnollisten tunteiden aitoudelle. Uskonnollisissa yhteisöissä opetetaan systemaattisesti tiettyjä uskomuksia, joilla on suora vaikutus tunteisiin.<sup>145</sup> Toisin sanoen tunteiden merkitys uskonnollisissa yhteisöissä on merkittävä ja joitakin tunteita suositaan enemmän kuin toisia. Oikeanlaisina pidettyjä tunteita pyritään saamaan aikaan ja niiden ilmaisua rohkaistaan sekä uskonnollisten opettajien että yhteisön taholta nojaamalla uskonnon opetukseen ja uskonnollisiin tapoihin tai rituaaleihin.

Edwards jatkaa esittämällä väitteen, jonka voisi mielestäni nimetä toimintaorientoituneeksi teesiksi. Hänen mielestään Jumalan valolla täyttyneet pyhimykset eivät ole vain toisinaan Pyhän Hengen vaikutuksen alaisena, kuten

---

<sup>143</sup> Edwards, 2003 [1746], 95. Edwards kuvaa mieltä tunteiden istuimena ”*the seat of affections*”, mutta käännokseni ”kotipaikka” kuvaa mielestäni suomeksi Edwardsin ajatusta suoraa sanakäännöstä paremmin.

<sup>144</sup> Edwards, 2003 [1746], 97–98. ”*No light in the understanding is good, which don't produce holy affection in the heart; no habit or principle in the heart is good, which has no such exercise; and no external fruit is good, which don't proceed from such exercises...*” (s. 97)

<sup>145</sup> Roberts, 2016.

jotkut muut (vähemmän pyhät) ihmiset. He ovat sen vaikutuksessa lähes kaiken aikaa. Pyhimykset eroavat muista, sillä heidän toimintansa on jumalallista. Näin ollen heidän tekonsa (ja tunteensa) noudattavat kristillisiä periaatteita.<sup>146</sup>

Kysymykseen, mistä tarkalleen ottaen puhumme, kun viittaamme kristillisiin periaatteisiin tai kristillisiin tunteisiin, voi antaa vastauksen kristillinen yhteisö. Vastaavasti esimerkiksi siihen, mitä ovat vaikkapa islamilaiset periaatteet ja islamiin kuuluvat tunteet, voi parhaiten vastata islamilainen yhteisö. Robertsinkin mukaan on kolme tunnetta, joita kristillinen yhteisö on traditionaalisesti pitänyt hyveinä; kiitollisuus, katumus ja myötätunto. Ne ovat myös ominaisuuksia, joita monet kristityt yhdistävät käsitykseensä Jumalasta.<sup>147</sup>

Katumus on tunne, johon liittyy ajatus Jumalasta korkeimpana moraalisena auktoriteettina. Samalla, kun kristitty näkee Jumalan moraalisena tuomarina, hän luottaa Jumalan armoon. Roberts tarkoittaa, että kristillinen katumus eroaa tavallisesta syyllisyydestä, sillä tyypillisessä kristillisessä katumuksessa tietty rauhallisuus ja rehellisyys yhdistyy synnin aiheuttamaan suruun ja kestäättömään taakkaan. Kristitty tuntee itsensä syntisenäkin tervetulleeksi anteeksiantavan ja rakastavan Jumalan taholta.<sup>148</sup>

Samalla tavalla kuin kristillinen katumus tai syyllisyys eroaa tavallisesta syyllisyydestä, kristillinen kiitollisuus eroaa tavallisesta kiitollisuudesta siinä, että tunne on sidoksissa uskovan totena pitämiin Jumalan ominaisuuksiin. Kristillinen kiitollisuus rakentuu sellaisen riippuvaisuuden kokemuksen varaan, jossa Jumala käsitetään luojana, kaiken ylläpitäjänä ja vapahtajana.<sup>149</sup> Selventääkseen näkemystään, Roberts vertailee kristillistä myötätuntoa antiikin kreikkalaisten opettamaan traagiseen myötätuntoon (engl. *tragic compassion*). Aristoteleen mukaan myötätunto on hieman kuin kipua, joka ilmenee ihmisessä silloin, kun jotakin pahaa, kivuliasta tai kuolettavaa tapahtuu jollekin, joka ei ansaitse sitä ja

---

<sup>146</sup> Edwards, 2003 [1746], 102–103. Järvisen mukaan (2000), kristillisessä teologiassa on perinteisesti kaksi käsitystä tunteiden ylluonnollisesta syntyperästä. Aleksandrialaisen mallin mukaan edistyneillä kristityillä on kokemuksia, jotka eroavat radikaalisti luonnollisista tunteista. Nämä mystiset kokemukset ja tuntemukset eroavat myös selkeästi luonnollisista mentaalisista tapahtumista. Tämän seurauksena niitä ei kutsuta tunteiksi (passioiksi), vaan niitä kuvaillaan metaforien kautta emotionaalisin termein. Augustinolaisen mallin mukaan jumalallinen armo vaikuttaa normaaleihin tunteisiin. Niin kauan kuin armo on aktiivinen uskovassa, armon voi tuntea ja sen vaikutukset ilmenevät myös tavallisissa tunnetiloissa. (s.71–72, 131.)

<sup>147</sup> Roberts, 2016.

<sup>148</sup> Roberts, 2016. Roberts kirjoittaa: *”Thus a serenity and honesty about the grievousness and intolerable burden of sin are characteristic of contrition that are not characteristic of plain feeling of guilt.”*

<sup>149</sup> Roberts, 2016.

ihminen tuntee, että vastaava tilanne voisi tapahtua myös hänelle itselleen tai hänen läheiselleen.<sup>150</sup>

Roberts näkee eron kyseisten myötätuntokäsitysten kohdalla siinä, että hänen mielestään kristillisessä ajattelussa kärsimyksen kohteena olevan ihmisen viattomuudella tai syyllisyydellä ei ole myötätunnon kannalta merkitystä. Aristoteelisessa myötätunnossa sen sijaan korostuu henkilön syyttömyys. Kristityn ajattelussa kaikki ihmiset ovat armollisen ja anteeksiantavan Jumalan lapsia. Kristitty uskoo ensin itse olevansa Jumalan myötätunnon kohde ja ammentaa sitten tästä kokemuksesta myötätuntoa myös muille.<sup>151</sup>

Roberts siis analysoi myötätuntoa tapahtumana, jonka komponentit ovat kärsijä ja hänen kärsimyksensä sekä etiologia eli syyoppi. Lisäksi tapahtumaan sisältyy kärsimystä todistava henkilö, joka vertailee omaa tilannettaan kärsijän tilanteeseen ja kokee sen perusteella tunnetta. Suurin ero traagisen myötätunnon ja kristillisen myötätunnon välillä on Robertsin mukaan asenteessa kärsivää kohtaan. Kristitylle kärsivä henkilö on lähimmäinen, jota voidaan pitää Jumalan lapseuden kautta sisarena tai veljenä. Kristillinen myötätunto sisältää kipua, mutta myös muita tunteita, kuten rakkautta ja kiitollisuutta (siitä, että on kykenevä auttamaan toista). Roberts väittää myös, että kristillisessä asenteessa on erilainen moraalinen näkökulma Aristoteeliseen myötätuntoon verrattuna.<sup>152</sup> Vaikka tunnekomponentit kristillisessä myötätunnossa mahdollisesti eroavaisivatkin muista myötätunnon kokemuksista, tunnekomponentit itsessään eivät ole erilaisia kuin muissakaan tilanteissa.

Kuvitellaan esimerkiksi tilanne, jossa syntymäpäiväjuhlia viettävä henkilö saa osakseen paljon positiivista huomiota ja mukavia lahjoja. Hän saattaa kokea kehossaan sensaatioita ja tuntemuksia, jotka hän tulkitsee kiitollisuudeksi. Aivan vastaavia sensaatioita ja tuntemuksia hän kokee ajatellessaan elämäänsä, perhettään tai muita asioita, joita hän pitää Jumalan lahjoina. Tavalliseen ja uskonnolliseen kohteeseen kohdistuvat tunteet herättävät kehossa samat vasteet. Uskonnollisiin kohteisiin kohdistuvat tunteet kuitenkin vaikuttavat uskovaan ihmiseen erityisellä tavalla ja heijastuvat hänen toimintaansa. Tunteen propositionaalinen rakenne muotoutuu uskonnon opin mukaan. Tästä syystä

---

<sup>150</sup> Aristoteles 1926 [n. 367-322 eKr.], 225–231; Roberts, 2016.  
(Roberts viittaa Aristoteleen teokseen *The Art of Rhetoric* 1385b.)

<sup>151</sup> Roberts, 2016.

<sup>152</sup> Roberts, 2016.

kristillinen kiitollisuus, katumus ja myötätunto ovat uniikkeja.<sup>153</sup> Tiivistettynä uskonnolliset tunteet muodostuvat Robertsinkin mukaan sensaatioista sekä kognitiivisesta ja toimintaan liittyvistä elementeistä, mutta niiden ytimessä on yksilön uskomusjärjestelmä. Mitään ylivertaista ja uniikkia uskonnollista tunnetta sinänsä ei ole olemassa eikä uskonto kumpua mistään tietystä tunteesta.

Essentialistit, kuten teologi ja filosofi Friedrich Schleiermacher (1768–1834) väittävät kuitenkin, että uskonnolla on tunteenomainen ydin. Schleiermacherin mukaan usko ei selity vain järjellä; tunne on oleellinen. Hänen mielestään uskonnon essentia eli perusolemus on hurskaus, joka sisältää kokemuksen absoluuttisesta riippuvuudesta. Tunne absoluuttisesta riippuvuudesta on aito tunnetila, joka ei sisällä kognitiivista prosessointia. Hän vertaa tunnetta iloon, joka on myös aito tunne. Absoluuttisen riippuvuuden tunne ei kuitenkaan ole rinnasteinen sellaiselle ilolle, joka syntyy jonkin analyyttisen toiminnan tai itsetietoisuuden tuloksena. Absoluuttisen riippuvuuden tunteen kohde on täysin ihmisen järjen ja ajattelukyvyn ulkopuolella. Se ei kohdistu mihinkään, mikä sijaitsee maailmassa tai universumissa, vaan sen ulkopuolella. Sen kohde on Jumala, jolle ei voi nimetä mitään tiettyjä attribuutteja eli ominaisuuksia. Absoluuttisen riippuvuuden tunne on kokemus, jossa ihminen tuntee olevansa tärkeä Jumalalle. Kyseinen tunne on oleellisena elementtinä läsnä myös kaikissa muissa uskonnollisissa tunteissa, kuten kiitollisuudessa, myötätunnossa, ilossa, surussa ja katumuksessa, koska ilman sitä, mikään näistä tunteista ei voisi olla uskonnollinen. Uskonnolliset tunteet yleensä ottaen ovat miellyttäviä tai epämiellyttäviä reaktioita, jotka kohdistuvat muutoksiin ihmisen rajallisessa ja aisteihin perustuvassa itsetietoisuudessa. Sen sijaan absoluuttisen riippuvuuden tunteen kohde on muuttumaton. Schleiermacher tarkoittaa, että absoluuttinen riippuvuus ei ole muihin tunteisiin verrattava tunne. Se on pikemminkin kuin lähde, sillä se yhdistyy ihmisen itsetietoisuuteen ja tulee vasta sen kautta tunteeksi.<sup>154</sup>

Toinen essentialismin edustaja Rudolf Otto (1869–1937) väittää, että kaikille uskonnoille tyypillinen tunne on mystinen *mysterium tremendum et fascinans*, (pelottava ja lumoava mysteeri), jossa koetaan itseä suuremman absoluuttisen voiman läsnäolo. Siihen voi sisältyä myös tunne itsen katoamisesta.

<sup>153</sup> Roberts, 2016.

<sup>154</sup> Roberts, 2016. Friedrich Schleiermacher kuvaa absoluuttisen riippuvaisuuden tunteen saapumista ja heräämistä ihmisessä ”the feeling of absolute dependence...unites with sensibly determined self-consciousness, and thus becomes an emotion...” (The Christian Faith § 5.5 1963 [1928], s.24–25.)

Vaikka Otto pyrkiikin käsittelemään sitä erityisenä (*numinous sui generis*) numenööri-tunteena, hänen mukaansa tunteen tarkkaa sisältöä ei voi kuvailla. Sen sijaan hän yrittää verrata tunnetta muihin kokemuksiin ja esittelee useita termejä, joiden kautta voidaan tavoittaa jotakin sen ominaislaadusta. Absoluuttisen toisen kohtaaminen muistuttaa pelkoa, joka aiheutuu jonkin oudon ja erikoisen kohtaamisesta. Kyseessä ei kuitenkaan ole eettinen tunne eli se ei ole esimerkiksi pelkoa, joka aiheutuu moraalisen tuomarin läsnäolosta. Kyseessä on uniikki tunnetila, joka voi olla myös eettisesti neutraali. On myös mahdollista, ettei tunne ole pelottava, vaan pikemminkin huumautunut tai hämmentynyt; kokemus, jossa ollaan jonkin ihmeellisen äärellä.<sup>155</sup>

Robertsin mielestä Ottolla on kaksi tavoitetta. Ensinnäkin hän pyrkii luomaan kuvailemastaan numinööri-tunteesta omaa lajiaan olevan ja muista täysin erottuvan *sui generis* -tunteen. Tällä tavoin hän suojelee sitä tieteellisiltä, eettisiltä ja muilta arvioilta. Toiseksi hän yrittää sen avulla selittää muita uskonnolliseen elämään sisältyviä tunteita. Roberts pitää Otton tavoitteita pulmallisina, sillä uskonnollisia tunteita pyritään tutkimaan myös uskonnon sisältä käsin.<sup>156</sup> Roberts, joka ei ole essentialisti, vaikuttaa siis nostavan esiin ristiriidan tavoitteissa, joissa tutkittava kohde on ennalta määritelty *sui generikseksi*, joksikin käsittämättömäksi, koskemattomaksi ja mahdottomaksi selittää. Voikin kysyä, miten sellaista tunnetta on mahdollista tutkia.

Toinen ajattelija, joka vastustaa ideaa uskonnollisen tunteen taivaallisesta alkuperästä ja essentiasta on Freud (1856–1939). Hänen mielestään uskonto on illuusio.<sup>157</sup> Huolimatta siitä, hän ajattelee ihmisten tarvitsevan uskonnon tarjoamaa illuusiota eikä suhtaudu siihen niin kielteisesti kuin jokseenkin samoihin aikoihin vaikuttanut filosofi Karl Marx (1818–1883), jonka mielestä uskonto on oopiumia kansalle.<sup>158</sup> Freudin mielestä uskonnolliset tunteet eivät ole millään muotoa uniikkeja ja ansaitse arvoa *sui generis*. Jotta voisimme ymmärtää Freudin näkökantoja paremmin, esittelen hänen ajatuksiaan, joita hän toi esille uskonnolliselle ystävälleen kirjeitse.

Kirjassaan *Das Unbehagen in der Kultur* (Eng. *Civilization and Its Discontents*), Freud vastaa ystävänsä Romain Rollandin väitteeseen siitä, ettei Freud ole ymmärtänyt oikealla tavalla sitä energiaa ja lähdetä, josta

---

<sup>155</sup> Roberts, 2016. Roberts viittaa Otton teokseen *The Idea of Holy* (1923).

<sup>156</sup> Roberts, 2016..

<sup>157</sup> Müller-Funk & Westernik 2009–2011, 10; Freud 1930, 9.

<sup>158</sup> Müller-Funk & Westernik 2009–2011, 10.

uskonnollisuus kumpuaa. Rolland on esittänyt Freudille, että hänelle itselleen ja miljoonille muille uskonnon perusta on uskonnollinen kokemus, jossa ihminen tuntee jotakin suurta, jolla ei ole rajoja. Rolland vertaa kokemusta valtamereen, joka on täysin vapaa kahleista.<sup>159</sup>

Rolland sanoo, että tunne on subjektiivinen eikä tuo varmuutta elämän jatkumisesta kuoleman jälkeen, mutta Freud arvioi, että uskonnollisuus perustuu sen tarjoamaan lohdutukseen. Hän vertaa sitä lohtuun, jonka yliluonnollinen dramaturgi lahjoittaa sankarilleen hänen kohdatessa vapaaehtoisen kuoleman. Uskonnollisuus on Freudin mukaan myös tunnetta yhteydestä ja yhteenkuuluvuudesta muun maailman kanssa. Se tuo lohtua, koska ihminen saa kokea, ettei hän voi koskaan joutua erilleen kaikkeudesta.<sup>160</sup>

Freud, joka ei itse koe tällaista tunnetta, pitää kuvailemaansa tunnetilaa patologisena ilmiönä. Hän kirjoittaa, että normaalitilanteessa mikään ei ole niin varmaa kuin kokemus itsestä autonomisena ja kaikesta muusta erillisenä egona. Ego jatkaa Freudin mukaan sisäänpäin tiedostamattomaan, kunnes se tavoittaa mielen entiteetin, jota Freud kutsuu id:ksi. Ulospäin ego on kuitenkin selvärajainen. Yhden ilmiön kohdalla Freud tekee silti poikkeuksen. Hänen mielestään rakkaus ei ole patologista, vaikka raja egon ja rakastetun objektin välillä onkin vaarassa kadota. Rakkaus on poikkeuksellinen emotionaalinen tila, jossa ihminen voi todeta vastoin kaikkia aistihavaintojaan, että hän ja rakkauden kohde ovat yksi.<sup>161</sup>

Freud selittää, että ihmisen ensimmäinen suhde perustuu rakkauteen, joka ilmenee äidin ja lapsen välillä. Rakkaus onkin merkittävä tekijä paitsi uskonnossa myös Freudin psykoanalyysissä. Freudin mukaan uskonnolla ja psykoanalyysillä on sama tavoite: rakasta lähimmäistäsi niin kuin itseäsi.<sup>162</sup> Mutta vaikka uskonnoissa puhutaankin rakkaudesta, uskonnollisuus on hänestä pohjimmiltaan lapsenomaista toimintaa, jossa uskova etsii itselleen lohduttavaa vanhempaa.<sup>163</sup>

Moni muukin ajattelija on väittänyt, että uskonnolliset tunteet ovat tavalla tai toisella harhaisia. Kun Freud ajatteli, että ihmiset toivovat taivaallisen isän tyydyttävän heidän lapsenomaisia tarpeitaan, Marx etsi selitystä uskoon ja uskonnollisiin kokemuksiin sosiaalisista-, poliittisista- ja talousteorioista. Toisaalta ne, jotka pitävät uskonnollisia kokemuksia aidosti yliluonnollisina ja

---

<sup>159</sup> Roberts, 2016; Freud 1930, 9.

<sup>160</sup> Freud 1930, 10.

<sup>161</sup> Freud 1930, 11.

<sup>162</sup> Freud 1930, 123.

<sup>163</sup> Roberts 2016; Freud 1930.

jumalallisina ovat arvostelleet kritikkoja, jotka epäilevät ja sälyttävät todistusvastuun uskonnollisia kokemuksia kokevien harteille. Heidän mielestään todistustaakka voisi yhtä hyvin olla niillä, jotka kieltäytyvät ottamasta uskonnollisten kokemusten todistusvoimaa vakavasti.<sup>164</sup>

Uskonnollinen ajattelija voisi myös kysyä, miksi naturalistinen maailmankuva tulisi asettaa etusijalle, kun luodaan kriteerejä tutkimukselle. Yksi argumentti naturalistista oletusta vastaan on lisäksi se, että samoilla mekanismeilla, joilla selitetään uskonnollisuutta, voidaan selittää myös skeptisismiä. Esimerkiksi filosofi Richard Purtill (1931–2016) on kommentoinut teoriaa ja mekanismeja, jolla Freud selittää joitakin uskonnollisia uskomuksia: Jos Oidipus-kompleksi olisi selittävä tekijä uskonnollisuudelle, voitaisiin Freudin teorioihin nojaten vastaavasti esittää, että Jumalan kieltäminen on merkki halusta torjua tai tuhota (taivaallinen) isä ja omia äiti (maa) kokonaan itselle.<sup>165</sup>

### **2.3.1 Uskonnollisten tunteiden arvosta ja merkityksestä**

Mitä tahansa ajattelemme uskonnollisten tunteiden perustasta, tunteet ovat kiistämättä oleellinen osa uskonnollista elämää ja substanssia. Uskonnolliset tunteet eivät vaikuta vain uskonnollisiin ihmisiin ja uskonnollisissa yhteisöissä, vaan koko yhteiskuntaan, jossa uskonnolliset ihmiset ja heidän pyhät paikkansa ovat erottamattomasti läsnä. Uskonnolliset riitit ja käytännöt ovat osa myös monien sellaisten ihmisten henkilöhistoriaa, jotka eivät pidä itseään erityisen uskonnollisina. Uskonnolliset käytännöt ja rituaalit saattavat vaikuttaa elämänhistorian etapeissa, kuten syntymässä, vuosittain toistuvissa juhlapyhissä, vihkimisessä, läheistemme poismenossa ja lopulta omassa kuolemassamme.

Vuosisatojen ajan temppelit, pyhät paikat ja kirkot ovat olleet paikkoja, joissa ihmiset ovat voineet ilmaista ja käsitellä tunteitaan sekä jakaa niitä yhteisön kesken. Esimerkiksi katolisissa kirkoissa olevat rippituolit mahdollistavat tunneilmaisun ja pastoraalipsykologisen kohtaamisen. Laajentuneita tunnetiloja tutkivat Krueger ja Szanto toteavat, että tällaiset fysikaaliset paikat tai materiaaliset asiat, kuten rituaaliset käsikirjoitukset (vaikkapa häihin) voivat toimia osana jaettujen tunnetilojen prosessia ja tunteisiin liittyviä episodeja<sup>166</sup>.

---

<sup>164</sup> Taliaferro 1998, 269, 259–260, 286.

<sup>165</sup> Taliaferro 1998, 269, 286.  
(Taliaferro viittaa Purtillin teokseen *Philosophically Speaking*, 1974, s.36.)

<sup>166</sup> Krueger & Szanto 2016, 869.



Roberts toteaa, että tunteet ovat yksi uskonnon rakennuspalikoista. Hänen mielestään uskonto muodostuu niistä ihmisen tunteista, teoista ja kokemuksista, joita yksilö kokee tai tekee silloin, kun hän arvioi olevansa tekemisissä jonkin jumalallisen kanssa.<sup>167</sup> Edwards väittää, että todellinen uskonto muodostuu suurelta osin pyhistä tunteista. Nämä tunteet sisältävät voimallisia ja aistittavia tahdon ilmauksia.<sup>168</sup> James korostaa suoraa henkilökohtaista kokemusta. Hänen näkemyksensä mukaan kaikkien kirkkojen perustajat saivat voimansa työhön alun perin henkilökohtaisen uskonnollisen kokemuksen kautta.<sup>169</sup> Jamesin mielestä uskonto on tietynlainen emotionaalinen asenne. Se ei hyväksy kevytmielisyyttä, mutta ei myöskään äärimmäistä valittamista ja surkeutta. Uskonto on vakava mielentila ja maailma vaikuttaa joissain uskonnoissa traagiselta, mutta usko on myös luottamusta vapautukseen ja elämän tragedia käsitetään puhdistavana. Näin ollen uskonto on sekä melankoliaa että onnellisuutta.<sup>170</sup>

Vaikka James kirjoittaakin onnellisuudesta ja useista muistakin tunteista, hänen mielestään etenkin melankolia on tekijä, joka esiintyy pitkälle kehittyneissä uskonnoissa. Hän esittelee käsitteet sairas sielu (engl. *a sick soul*) ja tervemielinen (engl. *a healthy-minded*). Henkilö, jolla on sairas sielu, on sellainen, joka on synnynnäisesti ja jatkuvasti tietoinen ja herkistynyt maailman pahuudelle ja kärsimykselle. Hän on melankolinen ja vakava, koska hän kiinnittää huomiota siihen, mikä on pahaa ja väärin. Tervemielinen henkilö pystyy sen sijaan helposti jättämään huomiotta pahat asiat eikä ole niistä kuormittunut.<sup>171</sup>

Vaikka tervettä mieltä ja onnellisuutta pidetään yleensä hyvänä asiana, Jamesin mielestä sairaalla sielulla ja melankolialla on arvoa. Vaikka sairaan sielun emotionaalinen taakka on valtava, tervesieluisuus ei sovellu filosofisesti arvokkaaksi opiksi. Tervesieluisuus ei kohtaa maailmassa vaikuttavaa pahan todellisuutta, joka kaikesta huolimatta voi olla avain elämän merkityksellisyyteen ja ainut tekijä, joka avaa ihmisen silmät näkemään totuuden syvimät tasot.<sup>172</sup> Filosofi Sami Pihlström tiivistää, että Jamesille moraalin perusta on realistinen suhtautuminen maailman ja elämän traagisuuteen. Vain sairas sielu on sille avautunut<sup>173</sup>.

---

<sup>167</sup> Roberts, 2016.

<sup>168</sup> Edwards, 2003 [1746], 94–96.

<sup>169</sup> Roberts, 2016; James 1902, 47–49.

<sup>170</sup> James 1902, 57–58.

<sup>171</sup> James 1902, 189–192, 233–234; Pihlström 2013, 94–95.

<sup>172</sup> James 1902, 231–232; Pihlström 2013, 94–95.

<sup>173</sup> Pihlström 2013, 97.

Roberts esittää, että tietyillä tunteilla on erityinen arvo uskonnollisille traditioille. Ne ovat absoluuttisen välttämättömiä, *sine qua non*, tradition noudattamisessa. Tunteiden määrä on uskonnollisen harjoittajan mitta, jolla voidaan arvioida harjoittajan uskonnollista syvyyttä tai edistystä. Tunteiden avulla harjoittaja voi myös ilmentää traditiotaan muille.<sup>174</sup>

Uskonnollisilla tunteilla on voimaa, joka voi muuttaa ihmisten tapaa ajatella ja toimia. Filosofi Mark Wynnin mukaan on olemassa linkki uskonnollisen uskon, uskonnollisen toiminnan ja tunteiden sekä (tavallisen) maailman välillä. Osallistuminen uskonnollisiin tilaisuuksiin, uskonnollisten tekstien lukeminen tai johonkin fysikaaliseen harjoitukseen sitoutuminen voivat saada aikaan perustavalaatuisen emotionaalisen muutoksen. Ihminen voi kokea uusia tunteita, jotka muuttavat hänen kokemustaan maailmasta ja arkisista tilanteista. Erityisesti kääntymyskokemus eli jonkin hengellisen maailmankuvan omaksuminen on Wynnin mukaan murros kääntyjän emotionaalisissa olosuhteissa. Tunne-elämän muutoksella on seurauksia.<sup>175</sup>

Wynn väittää, että hengellisesti kehittyvässä tai valaistumista lähenevässä ihmisessä tapahtuva muutos ei ole vain liikettä kohti jotakin ”ylempää” tai kohti ”sisäistä”. Muutos mahdollistaa myös ihmisen liikkeen kohti aistien maailmaa.<sup>176</sup> Tämä tarkoittaa sitä, että ihminen ei suuntaudu vain jossain ”korkeuksissa” olevaa Jumalaa kohti tai syvenny sisäiseen itsetutkiskeluun. Uskonnollinen kääntymys vaikuttaa siihen, millaisia merkityksiä uskonnollinen ihminen antaa aistimaailman konkreettisille asioille ja millaisena hän ymmärtää oman paikkansa ja toiminnallisen tehtävänsä maailmassa.

Jamesin mukaan uskonnollinen transformaation voi ilmetä ainutlaatuisena levollisuutena ja tehdä ihmisestä pelottoman. Tilassa, jota hän pitää vain harvojen ihmisten kohdalle tulevana lahjana, ihminen kokee, että se mitä hän ennen pelkäsi, on nyt turvapaikka (engl. “*what we most dreaded has become the habitation of our safety*”). Uskonnollinen tunne tarjoaa ihmiselle voimaa, jonka varassa ihminen tuntee olevansa turvassa vastoinikäymisissäkin. Sielulle tyypillinen jännittyneisyys katoaa ja ihminen vapautuu ahdistuneisuudestaan. Uskonnollinen tunne motivoi ihmistä myös vieraanvaraisuuteen ja rakastaviin tekoihin muita

---

<sup>174</sup> Roberts, 2016.

<sup>175</sup> Wynn, 2013.

<sup>176</sup> Wynn, 2013.

kohtaan.<sup>177</sup> Uskonnollisuus voi siis tarjota vapautuksen vaikeista tunteista ja tarjota tilalle uusia ihmisen omaa ja yhteisön hyvinvointia tukevia tunteita.

Myös Roberts tuo esille uskonnollisten tunteiden arvon tekojen motivaattoreina. Hänen mielestään kristillisillä hyveillä, kuten katumuksella, kiitollisuudella ja myötätunnolla on arvoa, koska ne motivoivat ihmisiä vastaaviin tekoihin: armolliseen oikeudenmukaisuuteen, oikeisiin reaktioihin lahjoja ja niiden antajia kohtaan, itsesäätelyyn ja vääryyksien sovittamiseen tai anteeksiantoon. Hyveet asettavat kristityn vastakkain moraalisen todellisuuden kanssa. Ne korostavat ihmisen kiitollisuudenvelkaa hänen saamistaan lahjoista, ihmisen tekojen pahuutta ja Jumalan anteeksiantoa. Hyveet auttavat myös huomaamaan linkin ihmisten kärsimyksen ja Kristuksen kärsimyksen välillä ja auttamaan kärsiviä.<sup>178</sup> Hyveellisiin tekoihin kannustetaan ja hyveellisiä tunteita jaetaan kristillisen yhteisön jäsenien keskuudessa, mutta hyveelliset tunteet motivoivat hyveellisiin tekoihin myös yhteisön ulkopuolisia ihmisiä kohtaan.

Monet kristityt asettavat oman terveytensä vaaraan, jotta he voisivat auttaa hädänalaisia ja osoittaa armeliaisuutta esimerkiksi vakavasti sairaita kohtaan. Kristityt rakentavat ja ylläpitävät sairaaloita ja hoivaavat ihmisiä, joilla on erilaisia ongelmia ja tarttuvia tauteja. Sairaidenhoidolla on kristittyjen keskuudessa pitkät perinteet. Kristillisen tradition mukaan myös Jeesus ja apostolit paransivat sairaita ja monet pyhimyksistä, kuten Francis Assisilainen menivät aivan äärimmäisyyksiin saakka kohdatessaan sairaita. Assisilaisen on kerrottu suudelleen spitaalisia ja Francis Xavierin sekä Margaret Mary Alacoquen on kerrottu puhdistaneen märkiviä haavoja kielillään<sup>179</sup>.

Näin ollen joidenkin kristillisten käytäntöjen ja tunteiden, kuten kristillisen myötätunnon voidaan katsoa hyödyttävän yhteiskuntaa ja niitä, jotka kärsivät, vaikka äärimmäisyys sinänsä ei olisikaan tavoiteltavaa. Toisaalta uhrautuva rakkaus on kristillisen opin ytimessä ja uhrautuvaisuus voi olla äärimmäistä. Kristillinen uhrautuvaisuus voi mielestäni joissain tapauksissa (kuten pyhimykset yllä) olla vastoin ihmisen luonnollista selviytymisviettiä. Evoluutiobiologian mukaan elollinen organismi pyrkii pysymään hengissä ja varmistamaan omien perintötekijöidensä siirtymisen eteenpäin. Tämä on evoluutiobiologian näkökulmasta elämän ”tarkoitus”. Jos evoluutiobiologia olisi jonkun omaksuma ideologia, niin sen perusteella ihmisen ei varmaankaan olisi mielekästä laittaa

---

<sup>177</sup> James 1902, 72–73, 401.

<sup>178</sup> Roberts, 2016.

<sup>179</sup> James 1902, 402.

itseään kuolemanvaaraan, paitsi ehkä läheisen sukulaisen takia tai tilanteessa, joka edistää tavalla tai toisella omien perintötekijöiden säilymistä. On kuitenkin selvää, että biologiset prosessimme ja kykymme eettiseen arviointiin tekevät tilanteen mutkikkaammaksi. Ihmisinä emme pyri vain selviytymään, vaan reagoimme toisiimme empaattisesti. Olemme normaalisti kiinnostuneita toistemme hyvinvoinnista ja koemme emotionaalista yhteenkuuluvuutta ihmisten kanssa huolimatta siitä, kuinka samankaltainen perimä heillä on<sup>180</sup>. Näin ollen empatia voi selittää ainakin osittain, miksi ihmiset päättävät asettaa itsensä vaaraan toisten takia. Joidenkin ihmisten kohdalla uskonnolliset kokemukset, uskonnolliset tunteet ja vakuuttuneisuus Jumalan kutsuun vastaamisesta saattavat myös olla merkittäviä vaikuttimia.

Vaikka kristillinen myötätunto nähdään usein hyveenä, voidaan esittää kysymys, miten pitkälle ihmisen tulisi uhrautua toisten hyvinvoinnin puolesta. On varmasti mahdollista, että toisten auttaminen ja uskonnollisten ideaalien seuraaminen yhdistettyinä omien fyysisten ja emotionaalisten tarpeiden tukahduttamiseen, voi olla merkki epäterveestä itsensäkieltämisestä. Joka tapauksessa kärsimystä on kristillisessä perinteessä myös ihailtu.<sup>181</sup>

Monien muiden kristittyjen tavoin Edwards osoittaa kunnioitustaan kristittyjä marttyyrejä kohtaan, jotka tapettiin vainoissa. Hänen mielestään heidän toimintansa perustui kristilliseen rakkauteen ja iloon Kristuksessa. Se, että he olivat valmiita kärsimään ja julistamaan sitä, mikä oli heille rakasta ja mieluisaa, ja hylkäämään näkyväisen maailman, sai muut ihmettelemään ja pohtimaan, mikä sai heidät toimimaan niin poikkeuksellisella tavalla. Marttyyrit asettuivat ikään kuin itsensä ulkopuolelle ja käyttäytyivät niin kuin he olisivat vihanneet (maallista) itseään.<sup>182</sup>

Edwards vaikuttaa löytävän hyvää paitsi marttyyrien esimerkillisestä toiminnasta, myös koettelemuksista sinänsä, koska ne hyödyttävät todellista

---

<sup>180</sup> Vaikka ihmiset tuntevat empatiaa yleisesti muita eläviä olentoja kohtaan, ihmiset eivät useinkaan osoita empatiaa niitä kohtaan, jotka eivät kuulu samaan sisäpiiriin. Empatiakyky saattaa myös tukahtua erilaisten syiden seurauksena. Tarkastelen aihetta tarkemmin luvussa 4.

<sup>181</sup> Luvussa 3.3, tutkailen tarkemmin joitakin sellaisia emotionaalisia haasteita ja tunteisiin liittyviä ongelmatilanteita, joita uskonnoissa esiintyy. Kristinuskon kohdalla on tässä vaiheessa riittävää mainita, että kristillisen opin ytimessä on idea kärsimyksestä ja uhrautumisesta.

<sup>183</sup> Edwards, 2003 [1746], 94–95. Ote tekstistä: *"The world was ready to wonder, what principle it was, that influenced them to expose themselves to so great sufferings, to forsake the things that were seen, and renounce all that was dear and pleasant, which was the object of sense: they seemed to the men of the world about them, as though they were beside themselves, and to act as though they hated themselves; ..."* (s.94)

uskontoa. Ne eivät vain tuo esille totuutta, vaan ne tekevät selkeästi näkyväksi sen kauneuden ja miellyttävyyden.<sup>183</sup> Hän siteeraa vapaasti tekstiä, jota kristityt pitävät Jeesuksen opetuksena. (Matteus 10:37–38, Raamattu 1992): ”Joka rakastaa isäänsä tai äitiänsä enemmän kuin minua, ei kelpaa minulle, eikä se, joka rakastaa poikaansa tai tyttärensä enemmän kuin minua, kelpaa minulle. Joka ei ota ristiään ja seuraa minua, se ei kelpaa minulle.<sup>184</sup>” Edwardsin tavoitteena on mielestäni korostaa, että kristityn tulee olla valmis siirtämään sivuun omat tunteensa ja uhrata jopa henkensä seuratakseen Kristuksen esimerkkiä.

Uhrautuvaisuuden ei kuitenkaan välttämättä tarvitse tarkoittaa kärsimystä, ainakaan Jamesin mielestä. Hän väittää, että uhrautuvaisuus on yhteen nivoutunut uskonnollisen onnellisuuden kanssa. Tällainen onnellisuus ei ole tavallista onnea, jota ihminen Jamesin mukaan kokee, kun ihminen hetkittäin vapautuu elämäänsä vaivaavista pahoista asioista tai kokemuksista. Uskonnollinen onnellisuus ei kuitenkaan muistuta tunnetta pakenemisesta, sillä se ei enää välitä paeta. Onnellinen kristitty suostuu ulkoisen pahan kohteeksi, sillä hän tietää, että sisäisesti paha on täydellisesti jo voitettu.<sup>185</sup> Vaikka maailmassa ja uskonnollisen ihmisen elämässä näyttäisikin olevan kärsimystä, joidenkin kohdalla uskonnollinen onnellisuus voi tarjota vapautuksen mentaalista kärsimyksestä.

Useat uskonnollisuuteen ja hengellisyYTEEN liittyvät tutkimukset osoittavat, että uskonnolla on yleensä, mutta ei aina, myönteinen vaikutus ihmisten mielenterveyteen ja fyysiseen terveyteen. Myönteinen vaikutus on havaittu kaiken ikäisillä ja eri uskontoja harjoittavilla henkilöillä esimerkiksi katolisilla, protestanteilla, buddhalaisilla, muslimeilla ja juutalaisilla eri puolilla maailmaa. Uskonnollisuus ja hengellisyys voi kuitenkin olla myös patologista. Epäterveeseen uskonnollisuuteen voi kuulua esimerkiksi auktoritääristä alistamista, sokeaa ohjeiden seuraamista ja muiden ihmisten hyväksikäyttöä taloudellisella tai muulla tavalla. Epäterveen uskonnollisuuden ja hengellisyYDEN on todettu olevan yhteydessä lasten kaltoinkohteluun, sisäpiirissä tapahtuviin

---

<sup>183</sup> Edwards, 2003 [1746], 93. Edwardsin tekstiä voitaisiin analysoida myös teodikean näkökulmasta. Hän väittää, että yksilön kärsimys voi hyödyttää uskontoa. Onko tällainen väite kuitenkin yksilön kärsimyksen välineellistämistä ja henkilökohtaisen kärsimyskokemuksen sivuuttamista uskonnollisten päämäärien rinnalla? Antiteodikean kannattaja saattaisi ehkä vastata kyllä. Vai onko niin, että uskovan ja uskonnon päämäärä on joskus täysin erottamaton, yhteinen ja harmoninen, vaikka siihen sisältyisi kärsimystä? Näkemykset siitä, mitä Jeesuksen esimerkin seuraaminen käytännön elämässä ja toiminnassa tarkoittavat lienevät uskoville yksilöille erilaisia.

<sup>184</sup> Edwards, 2003 [1746], 96. Edwards: *”every true disciple of Christ, loves him above father or mother, wife and children, brethren and sisters, houses and lands: yea, than his own life.”* (s.96)

<sup>185</sup> James 1902, 73–74.

konflikteihin ja väkivaltaan sekä vääränlaiseen kontrollointiin, joka voi johtaa lääkinnällisen hoidon laiminlyöntiin. Näin ollen epäterve uskonnollisuus voi aiheuttaa vakavia seurauksia ihmisen terveyteen ja hyvinvointiin.<sup>186</sup> Sen sijaan terve uskonnollisuus ja hengellisyys voivat tukea yhteisön hyvinvointia tarjoamalla ihmisille esimerkiksi sosiaalista tukea, ohjeistusta terveellisistä elämäntavoista, tilaisuuden jaettuihin tunnetiloihin ja kokemuksia empaattisista kohtaamisista.

Seuraavassa 3. luvussa siirrynkäin käsittelemään tarkemmin empatiaa ja jaettuja tunnetiloja. Tunteiden sosiologiaa käsittelevässä luvussa 3.3 palaan uudelleen uskonnollisiin yhteisöihin ja tuon esille esimerkkejä, joiden kautta tarkastelen uskonnollisuuden positiivisia ja negatiivisia vaikutuksia.

### 3. Empatia ja jaetut tunnetilat

Tunteet ja empatia liittyvät tiiviisti toisiinsa. Empatiassa emme tule tietoisiksi vain omista tunteistamme, vaan myös toisen ihmisen tunnetiloista. Tässä luvussa tarkastelen empatiaa myös laajempänä ilmiönä. Empatian tutkimusta pidetään oleellisena, sillä empatiatutkimus lisää ymmärrystä ihmisen toimijuudesta ja ihmisestä sosiaalisena ja moraalisenä olentona. Monien sosiaalipsykologien mielestä empatia on ilmiö, joka synnyttää myönteisiä sosiaalisia asenteita ja käytöstä.<sup>187</sup>

Aloitan empatiaan liittyvien termien ja empatiatutkimuksen historian esittelyllä psykologi Theodor Lippsin (1851–1914) teorioita tarkastellen. Sitten käsittelen mielenfilosofian näkökulmia, jotka ovat empatian kannalta oleellisia. Tämän jälkeen syvennyn käsittelemään erityisesti fenomenologiaa ja filosofi Max Schelerin (1874–1928), Edmund Husserlin (1859–1938), Edith Steinin (1891–1942), ja Alfred Schutzin (1899–1959) näkemyksiä.

Esittelen useita teorioita ja pyrin vastaamaan kysymyksiin: Mitä empatia on? Miten voimme ymmärtää muiden mielentiloja? Miten empatia eroaa muista samankaltaisista ilmiöistä, kuten myötätunnosta, sympatiasta tai emotionaalisesta tartunnasta? Pro graduni puitteissa en pyri tietenkään kattamaan koko empatiaan liittyvää laaja-alaista filosofista traditiota. Tarkoitukseni on esitellä kuitenkin

---

<sup>186</sup> Seybold & Hill 2001, 22–23. Uskonnollisuus ja hengellisyys jakavat monia samoja piirteitä. Molemmat voivat sisältää henkilökohtaisen kääntymyksen ja kokemuksen tuonpuoleisen kohtaamisesta. Molemmissa voidaan etsiä perimmäistä totuutta, jota henkilö pitää pyhänä. Uskonnollisuus voi sisältää lisäksi vaadittuja toimintoja, käytöstä ja rituaaleja, joita nyk hengellisyudessa saatetaan sen sijaan vastustaa. (s.21–22).

<sup>187</sup> Stueber 2018.

monipuolisesti näkökulmia, joiden avulla voin vastata ylläesitettyihin kysymyksiin ja selittää, miten voimme ymmärtää toistemme mielentiloja niin sekulaareissa kuin uskonnollisissakin konteksteissa.

Empatia sekoitetaan joskus myötätuntoon ja sympatiaan. Kuten mainitsin aikaisemmin, myötätunto on alun alkaen uskonnolliseen traditioon kuuluva termi. Augustinuksen mukaan sääli (lat. *miser cordia*) on tietynlaista ihmisen sydämessä sijaitsevaa myötätuntoa, joka vaatii meiltä tekoja toisten auttamiseksi.<sup>188</sup> Myötätunto onkin yhteydessä kärsimykseen ja sillä on käytännöllistä arvoa. Myötätunto ei ole vain tunne tai kyky ymmärtää toisen tunteita. Myötätunto on emotionaalinen voima, joka edellyttää toimintaa. Sympatialla viitataan nykyisin empaattiseen huoleen. Se on uniikki tunne, jonka kohde on toiselle ihmiselle kärsimystä aiheuttava tilanne tai tunne. Sympatiaan sisältyy ajatus välittämisestä. Empatia on sympatiaa laajempi ilmiö.<sup>189</sup>

### 3.1 Empatia

Empatian kantasana on kreikan kielessä *pathos*, joka juontaa juurensa kreikankielisestä kärsiä, *pathein*-verbistä. Etuliite *em* on inessiivi: jossakin, sisällä. Latinan *passio* tarkoittaa myös kärsimystä ja voimakasta tunnetta.<sup>190</sup> Perinteisesti empatia on käsitetty voimakkaana tunteena ja liitetty etenkin toisen kärsimysten jakamiseen. Nykyisin empatiaa ei tutkimuksissa pidetä tunteena, vaan se on käsite, jolla viitataan toisen mielentilojen, kuten tunteiden ymmärtämiseen ja niiden jakamiseen. Tieteellisesti määriteltynä empatia on vasta noin sadan vuoden ikäinen käsite. Ensimmäisen kerran vastaavassa merkityksessä sanaa *Einfühlung* käytti Lipps vuonna 1897, kun hän päätyi näköharhoja tutkiessaan olettamukseen, että taideteoksen katselija pyrkii heijastamaan omia ajatuksiaan ja tunteitaan katselemaansa kohteeseen.<sup>191</sup> Empatiatutkimus liittyikin alussa estetiikkaan.

Lippsin teoria syntyi aikana, jolloin positivismi ja empirismi olivat vallalla. Niiden mukaan tutkimuksen tulee nojata aistihavaintoihin ja mittaamiseen. Fenomenologisen näkökulman mukaan ihmisen kyky luoda esteettisiä arvostelmia (kaunis, ruma) on yhtä välitön kuin kykymme havaita jonkin esineen muoto tai väri. Filosofit pyrkivätkin löytämään empatiateorian ja siihen liittyvien

---

<sup>188</sup> Knuuttila, 2018.

<sup>189</sup> Stueber 2018. Stueberin mukaan sympatia-sanaa käytettiin aiemmin, kun viitattiin empaattisiin ilmiöihin.

<sup>190</sup> Kalliopuska 1983, 11–12.

<sup>191</sup> Kalliopuska 1983, 11–12.

psykologisten mekanismien avulla selityksen ilmiölle, jossa ihminen liittää näköhavaintoonsa esteettisen arvostelman.<sup>192</sup>

1900-luvulle tultaessa empatiaa alettiin pitää ensisijaisena keinona toisten mielentilojen tavoittamisessa. Empatia ei kuitenkaan kiinnostanut filosofiä vielä pitkään aikaan, vaan ilmiöstä olivat kiinnostuneita lähinnä psykologit, jotka lähestyivät empatiaa empiirisesti ja nimesivät sen psykologiseksi ilmiöksi. Vasta lähiaikoina filosofit ovat jälleen kiinnostuneet empatiasta, sillä empatialla on nähty yhteys keittiöpsykologisiin teorioihin, joiden mukaan voisimme lukea toistemme ajatuksia ja mieltä.<sup>193</sup> Filosofi Karsten Stueber ja psykologi Mirja Kalliopuska toteavat, että empatian määritelmää on ollut erittäin vaikea tuottaa<sup>194</sup>. Yksistään psykologinen tutkimus tarjoaa sille kymmeniä määritelmiä. Kalliopuskan mukaan suurin haaste liittyy kysymykseen, miten empatiaa voi mitata.<sup>195</sup>

Jotkut tutkijat pitävät empatiaa kognitiivisena prosessina, kun taas toisten mielestä kyseessä on affektiivinen ja tunteisiin liittyvä prosessi. Kalliopuskan mielestä empatiaan sisältyy tavallisesti molemmat. Empatia on myötäelämistä ja -ymmärtämistä. Empatia edellyttää, että ihminen ymmärtää, mitä toinen ihminen ajattelee, tuntee ja kokee. Empatiaa kokiessaan ihminen kykenee tajuamaan toisen tarpeita ja aikomuksia toisen näkökulmasta. Hän kykenee myös käsittämään, miksi toinen toimii tietyllä tavalla. Hän ymmärtää toisen tunteita ja saattaa itsekin reagoida tilanteessa emotionaalisesti.<sup>196</sup>

Vaikka empatiankokemus voi synnyttää tunteita, empatiaa kokeva kykenee erottamaan omat tunteensa toisen tunteista. Empatiassa ihminen ei kadota omaa identiteettiään eikä huku toisen tunteisiin.<sup>197</sup> Empaattinen kohtaaminen tapahtuu siis kahden selvästi erillisen yksilön välillä. Siinä ikään kuin kuljetaan toisen saappaissa hetken aikaa, mutta ei kauan, eikä toisen saappaita aleta pitää omina.

---

<sup>192</sup> Stueber 2018.

<sup>193</sup> Stueber 2018.

<sup>194</sup> Stueber 2018; Kalliopuska 1983, 12–13.

<sup>195</sup> Kalliopuska 1983, 12–13. Empatiaa on pyritty käsittelemään mitattavassa muodossa esimerkiksi asteikollisena asiana ja numeroin. Osa tutkijoista suhtautuu epäilevästi siihen, että empatia voitaisiin määritellä totaalisesti. Heidän mielestään empatia on kokemuksellinen asia ja siten tutkimuksella vaikeasti tavoitettavissa. Tutkijat pohtivat esimerkiksi sitä, onko empatia ulkoisesti havaittava ilmiö vai voimmeko kokea empatiaa ilman, että kukaan voisi havaita sitä. Toinen kysymys liittyy siihen, että jos empatia on ulkoisesti havaittavissa oleva ilmiö, miten voidaan erottaa aito empatia teeskentelystä. (s.13, 15.)

<sup>196</sup> Kalliopuska 1983, 13–14.

<sup>197</sup> Kalliopuska 1983, 19–20 & 24–25.



Monet tutkivat ovat jakaneet empatian erilaisiin kategorioihin. Kaksi pääkategoriaa ovat affektiivinen empatia ja kognitiivinen empatia. Affektiivinen empatia on kykyä eläytyä toisen ihmisen tunteisiin. Esimerkiksi kohdatessasi kärsivän ihmisen saatat tuntea heijastuksen hänen kärsimyksestään niin, että koet itse vastaavia hankalia tunteita. Kognitiivinen empatia tarkoittaa ihmisen kykyä asettaa itsensä tietoisesti toisen ihmisen asemaan ja analysoida tilannetta toisen ihmisen näkökulmasta.<sup>198</sup> Tällaisessa erottelussa empatia on siis jaettu klassisen tunne-järki -erottelun mukaan.

Uskonnollisissa konteksteissa ihmiset saattavat kokea affektiivista ja/tai kognitiivista empatiaa esimerkiksi todistaessaan ritualistisia käytäntöjä. Monissa uskonnoissa esimerkiksi pienten lasten liittäminen osaksi yhteisöä on ritualistinen tapahtuma. Katolisessa kirkossa ja joissakin protestanttisissa kirkkokunnissa pienet lapset kastetaan. Kuvitellaan, että osallistut kastetilaisuuteen katolisessa kirkossa ja lapsen äiti on hyvä ystäväsi. Hän liikuttuu, kun lapsi on saanut kasteen ja vauva palautetaan hänen syliinsä. Hän hymyilee ja tirauttaa pari onnenkyyneltä. Jos kokisit affektiivista empatiaa tapahtuisi seuraava: vaikka et olisi katolinen etkä henkilökohtaisesti ymmärtäisi rituaalin arvoa ja merkitystä, saattaisit silti tuntea liikituksen ystäväsi ollessa liikuttunut. Jos taas tuntisit kognitiivista empatiaa, saattaisit käsittää järkesi avulla ystäväsi mielentilan, mutta et ehkä itse tuntisi liikituksen tunnetta. Ymmärtäisit siis, miksi hän hymyilee ja kyynelehtii, mutta et olisi emotionaalisessa tilassa. Tai, jos olisitkin emotionaalinen, se ei välttämättä liittyisi mitenkään ystäväsi. Saattaisit esimerkiksi olla ahdistunut, koska parkkeerasit autosi kielletylle alueelle.

Dikotominen jaottelu kognitiivisen ja affektiivisen komponentin välillä on kuitenkin nykyisin kyseenalaistettu. Tutkijat ovat omaksuneet multidimensionaalisen lähestymistavan, jossa tunnustetaan, että empatia sisältää molemmat komponentit. Tämän näkökulman mukaan empatiassa on yhä kaksi erilaista komponenttia, mutta ne linkittyvät tiiviisti toisiinsa.<sup>199</sup> Kalliopuska esittää, että empatia on affektiivis-kognitiivinen jatkumo, jossa saattaa vaikuttaa samanaikaisesti useita rinnakkaisia jatkumoa. Ne sisältävät tunnekomponentteja ja kognitiivisia, kineettisiä, fysiologisia ja havaintotoimintaan liittyviä tekijöitä. Jatkumoiden keskinäiset suhteet ja voimakkuus vaihtelevat.<sup>200</sup>

---

<sup>198</sup> Kalliopuska 1983, 17–18; Pessi & Martela 2017, 14–15.

<sup>199</sup> Rogers, Dziobek, et al. 2007.

<sup>200</sup> Kalliopuska 1983, 13–15.

Koska eri alojen tutkimuksissa on keskitytty hyvin spesifeihin empatia-ilmiön osa-alueisiin, empatiakäsitteeseen liittyy edelleen toisistaan eroavia määritelmiä sekä tieteellisessä että kansanomaisessa diskurssissa.<sup>201</sup> Nykyisin empatiatutkimus on usein poikkitieteellistä. Filosofeja kiinnostaa etenkin empatia ilmiönä ja siihen kytkeytyvät eettiset kysymykset. Fenomenologiassa ollaan kiinnostuneita ilmiöstä sinänsä, kun taas moraalifilosofit keskustelevat esimerkiksi siitä, mikä rooli empatialla on moraalisisissä päätöksissä ja moraalisisessa toiminnassa. Psykologit tutkivat myös moraaliin liittyviä motivaatiotekijöitä. He haluavat erityisesti (i) kehittää menetelmiä empatiataipumuksen mittaamiseen lapsilla ja aikuisilla sekä empatian mittaamiseen tietyissä tilanteissa, (ii) tutkia, mistä tekijöistä empatia on riippuvainen ja (iii) selvittää mikä suhde prososiaalisella käytöksellä, moraalikehityksellä ja empatialla on toisiinsa.<sup>202</sup>

Psykologisessa empatiatutkimuksessa on kaksi tutkimusperinnettä: empatian tarkkuus ja empatia emotionaalisenä ilmiönä ihmisten kohtaamisessa. Empatia emotionaalisenä ilmiönä on kiinnostunut selvittämään, riippuuko empatiakyky esimerkiksi iästä, sukupuolesta, perhetaustasta, emotionaalisesta tasapainosta, älykkyydestä, intersoonallisten suhteiden luonteesta tai tarkkailevan henkilön motivaatiosta. Empatian tarkkuuteen keskittyvissä tutkimuksissa empatia määritellään ensisijaisesti kognitiivisena ilmiönä, jossa henkilö kykenee mielikuvituksensa ja älynsä kautta ymmärtämään toisen ihmisen mieltä. Tässä tutkimushaarassa tavoitteena on selvittää, millä tarkkuudella ja luotettavuudella kykenemme tunnistamaan ja käsittämään toisten pitkäkestoisia persoonallisuuspiirteitä, asenteita, arvoja ja satunnaisia mielentiloja. Tutkimus selvittää myös niitä tekijöitä, jotka vaikuttavat empatian tarkkuuteen.<sup>203</sup>

Lippsia pidetään yleisesti yhtenä merkittävimmistä empatiatutkijoista. Nykyisin käytössä olevat teoriat toisen mielen tavoittamisesta perustuvat usein hänen ideoihinsa tai niiden vastustamiseen.<sup>204</sup> Tästä syystä pidän Lippsin teorian valottamista oleellisena sitä seuranneen keskustelun ymmärtämiseksi. Lippsin mielestä empatiaa on neljää eri lajia. Ensinnäkin yleinen havaintokokemukseen liittyvä empatia, empiirinen empatia, mielen empatia, josta parempi suomennos

---

<sup>201</sup> Stueber 2018.

<sup>202</sup> Stueber 2018.

<sup>203</sup> Stueber 2018.

<sup>204</sup> Stueber 2018.

olisi mielestäni mielialaempatia ja empatia elävien olentojen tietoisuudessa.<sup>205</sup> Ensimmäisessä havaintokokemukseen liittyvässä empatiassa ihminen kykenee mielessään animoimaan jonkin havaitsemansa muodon, kuten taideteoksessa esiintyvän viivan liikkeenä. Empiirisellä empatialla Lipps viittaa luonnossa olevien objektien inhimillistämiseen. Lause ”Puro hyppelee kivien yli”, on tästä esimerkki. Purohan ei varsinaisesti hyppele, vain elolliset olennot hyppelivät. Mielen empatiassa ihminen heijastaa omia tunteitaan väriin ja musiikkiin tai uskoo tunteidensa aiheutuvan niistä. Ihminen voi kuvailla jotakin teosta vaikkapa iloisen keltaiseksi tai musiikkia melankoliseksi. Empatia elävien olentojen tietoisuudessa tarkoittaa ihmisen kykyä luoda merkityksiä näkemiensä kehon liikkeiden perusteella toisen olennon sisäisen maailman liikkeistä.<sup>206</sup>

Lippsin ajatteluun nojaten psykologi Richard Gregory kiteyttää, että empatia on tunne kuulumisesta johonkin (engl. *belonging to*), itsensä assosioimisesta johonkin tai johonkin mukaan tempautumista (engl. *being carried along*). Hän antaa kaksi esimerkkiä selittääkseen Lippsin teoriaa estetiikasta ja empatiasta: Kun golfin pelaaja tekee onnistuneen lyönnin ja näkee pallon lentävän kauas, hän saattaa tuntea ikään kuin hän itse lennähtäisi pallon mukana ilmaan. Kun matkailija seisoo kreikkalaisen temppelin pylväikössä, hän voi identifioitua pylväisiin. Jos ne ovat erityisen paksuja, hän saattaa tuntea olonsa epämukavaksi, kuten jotkut silloin, kun he tuntevat itsensä kömpelöiksi ja kookkaiksi. Jos ne ovat hyvin ohuita, hän voi tuntea itsensä epämukavaksi, koska samoin kuin hän itse, pylväät tuntuvat liian ohuilta kannatellakseen katon painoa.<sup>207</sup>

Lipps ei tee eroa elollisten ja elottomien olentojen välille. Empatia perustuu joka tapauksessa projisointiin. Hänen mielestään emme voi tavoittaa toisen mieltä sen enempää kuin tavoitamme pylvään. Toisin sanoen ihminen projisoi omia tuntemuksiaan sekä ihmisiin että esineisiin. Lippsin mukaan emme voi käsittää toisen ihmisen mieltä suoraan ja aktuaalisesti<sup>208</sup>. Hänen mielestään se, että havaitsemme jossakin kohteessa (ihmisessä, eläimessä tai esineessä) esimerkiksi vitaalisuutta, on vain kyseisen ominaisuuden tunnistamista itsessämme.

Kun ihmisen huomio on objektissa, hän projisoi automaattisesti oman kokemusmaailmansa havaintoilmiöön eli objektiin. Jos projisoitavat kokemukset

---

<sup>205</sup> Kalliopuska 1983, 12; Roeckelein 1998, 308 käyttää näistä englanniksi nimityksiä *a general apperceptive empathy*, *empirical empathy*, *mood empathy* ja *sensible appearance empathy*. Suomentokset ovat Kalliopuskan kirjasta.

<sup>206</sup> Kalliopuska 1983, 12; Roeckelein 1998, 308.

<sup>207</sup> Gregory 2006.

<sup>208</sup> Zahavi 2010.

ovat myönteisiä, havainnoija pitää kohdetta kauniina tai vastaavasti jos kokemukset ovat negatiivisia, hän näkee kohteen rumana. Jos havainnon kohde on havaitsijan mielestä kaunis, hän kokee positiivista empatiaa, muuten negatiivista. Lipps käyttää ilmaisua objektifioitu itsenautinto (engl. *objectified self-enjoyment*) kuvaamaan nautintoa, jonka ihminen saa elinvoimaiseksi käsittävänsä objektin kautta.<sup>209</sup>

Vaikka Lippsin teorialat ovat perusteellisia, Stueber harmittelee, että Lipps päätyi käyttämään käsitettä empatia niin monilla eri tavoilla, että se kadottaa selkeän merkityksensä.<sup>210</sup> Filosofi Dan Zahavi toteaa myös, että Lippsin käsitys empatiasta muuttui ajan kuluessa.<sup>211</sup>

Lipps käsittelee empatiaa psykologisena resonointina eli kaikuna (engl. *psychological resonance*), joka käynnistyy, kun ihminen tekee aistihavainnon ulkoisista objekteista. Kuten mainittu, empatia perustuu hänen mielestään ihmisen sisäsyntyiseen kykyyn jäljitellä liikettä. Ihminen voi esimerkiksi peilata toisen ihmisen mielentiloja sen perusteella, millaisia havaintoja hän tekee tarkkailemansa yksilön kasvojen ilmeistä ja kehon liikkeistä. Katsellessamme toisen ihmisen vihaisia kasvoja, meillä on taipumus imitoida näkemäämme. Jos emme ole tietoisia tästä taipumuksesta, näemme vain toisen kasvot vihaisina.<sup>212</sup> Emme välttämättä käsitä, että tunne, jonka toisessa ymmärrämme, on läsnä myös omassa mielessämme ja kehossamme.

Toisaalta Lippsin mukaan ihmisen kyky tunnistaa toisen mielentiloja empatian ja siihen kuuluvan sisäisen imitaation avulla ei ole vain rajoittunut kehon ilmeisiin tai kehon liikkeisiin.<sup>213</sup> Myöhemmin vuonna 1907 julkaisemassaan artikkelissa "*Das Wissen von fremden Ichen*" Lipps väittääkin, että tietomme muista on erityinen tiedon laji *sui generis*, joka on yhtä uniikki ja perustava kuin kykymme havaita objekteja tai kykymme muistaa menneitä tapahtumia. Sitä ei ole mahdollista selittää analogisen päättelyn avulla.<sup>214</sup> Hän korostaa ilmaisun merkitystä ja väittää, että ilmaisu ja eleet kuvastavat emotionaalista tilaamme. Suhde ilmaisun ja sen välillä mitä ilmaistaan, on uniikki

---

<sup>209</sup> Stueber 2018.

<sup>210</sup> Stueber 2018. Stueberin mukaan Lipps pitää empatiaa tekijänä, joka selittää kykymme tunnistaa kohtaamamme toinen olennoksi, jolla on mieli. Estetiikan luonne on pohjimmiltaan sidoksissa empatiaan ja toisen ihmisen kohtaamiseen. Voimme arvioida elottoman kohteen kauniiksi, koska empatia mahdollistaa meidän näkevän kohteessa analogian toisen ihmisen kehon kauneudesta.

<sup>211</sup> Zahavi 2010, 288.

<sup>212</sup> Stueber 2018. (Stueber viittaa Lippsin teokseen *Asthetik* 1905 s.49)

<sup>213</sup> Stueber 2018.

<sup>214</sup> Analogisessa päättelyssä rinnastetaan asioita, joiden katsotaan olevan samankaltaisia.

ja erityislaatuinen, eikä suhdetta tule verrata muihin ilmentymisen tapoihin, esimerkiksi siihen, että savu ilmentää tulta.<sup>215</sup> Näin tulee ymmärrettäväksi myös se, että Lippsin mukaan silloinkin, kun ulkoiset manifestaatiot eivät ole havaittavia, voimme imitoida toisen sensaatioita.<sup>216</sup>

Tietynlainen epäselvyys vallitsee mielestäni kuitenkin siinä, onko empatiokokemus riippuvainen toisen kehon liikkeiden havainnoinnista vai ei. Toisaalta Lipps vaikuttaa kieltävän sen, että voisimme tavoittaa toisen mielen muutoin kuin aistinvaraisesti toisen reaktioita ja kehoa tarkkaillen, toisaalta taas hän vaikuttaa esittävän, että empatia on täysin uniikki kyky, joka sallii meille pääsyn toisen sisäiseen maailmaan riippumatta havainnosta.

### 3.1.1 Empatia ja toisen mielen ongelma Lippsin ajattelussa

Lippsin väite, että empatia tulisi ymmärtää ensisijaisena epistemologisena keinona hankkia tietoa toisten mielistä, aiheutti laajaa keskustelua 1900-luvun alussa. Lippsin empatiateoria herätti kiinnostusta, koska hän oli hyökännyt melko onnistuneesti filosofi John Stuart Millin (1806–1873) analogista päättelyä ja toisia mieliä koskevaa argumentointia vastaan<sup>217</sup>.

Hetken päästä tarkemmin esittelemäni Millin analoginen argumentti edellyttää kartesiolaista dualistista käsitystä mielestä. Kartesiolaisuus on nimetty filosofi René Descartesin (1596–1650) mukaan. Hänen mielestään mieli ja ruumis ovat keskenään perustavalla tavalla erilaisia.<sup>218</sup> Descartesin mukaan mieli on olemukseltaan aineeton ja erillinen maailmasta ja ruumiista.<sup>219</sup> Mielen aineettomuus on nykyään laajasti kyseenalaistettu, mutta filosofi Gregory McCulloch toteaa, että mielen ja kehon suhde on yhä mysteeri.<sup>220</sup> Mysteeriin on vastattu erilaisilla teorioilla, mutta mikään niistä ei ole saanut tutkijoiden jakamatonta hyväksyntää<sup>221</sup>.

Kartesiolaisella teorialla on ollut huomattava vaikutus filosofiaan, kognitiotieteisiin, psykologiaan ja tekoälytutkimukseen. Nykyisin ajatellaan yhä

---

<sup>215</sup> (Zahavi 2010, 288. Zahavi viittaa Lippsin teokseen *Das Wissen von fremden Ichen*, 1907 s.704–705.)

<sup>216</sup> Stueber 2018.

<sup>217</sup> Zahavi 2010, 288; Stueber 2018.

<sup>218</sup> Auer 1987.

<sup>219</sup> McCulloch 1995, xi.

<sup>220</sup> McCulloch 1995, xi.

<sup>221</sup> Hyslop 2018. Toisen mielen ongelma (vierassieluisuuden ongelma) keskittyy ensisijaisesti niihin perusteisiin, joilla voidaan esittää väite toisten mielen olemassaolosta, eikä niinkään siihen, onko ihmisillä mahdollisuus joissakin tilanteissa olla varmoja siitä, mitä toisen mielissä tapahtuu.

usein, että mieli sijaitsee päässä.<sup>222</sup> Kartesiolaisella näkemyksellä on vaikutusta myös empatiateorioihin ja teorioihin ihmisen kyvystä lukea muiden ajatuksia.

Lukuun ottamatta joitakin filosofisia skeptikkoja ja ihmisiä, joilla on mielenterveydellisiä haasteita, yleensä ihmiset ajattelevat, että muut ovat heidän kaltaisiaan ja muilla on jotakuinkin samankaltainen mieli kuin heillä itsellään. Filosofit eivät kuitenkaan ole yksimielisiä siitä, millä perusteella voimme olla tästä varmoja.<sup>223</sup> Kartesiolaisen näkemyksen mukaan käsityksemme muiden mielentiloista, kuten tunteista, on riippuvainen analogisesta päättelystä. Idea on, että kullakin on suora ja erehtymätön pääsy oman mielensä sisältöön. Tietomme muiden mielentiloista nojaa siten vain päättelyyn, joka perustuu havaintoihin toisen käytöksestä.<sup>224</sup>

Analoginen päättely muodostuu seuraavista premisseistä tai vaiheista

- (i.) Toinen henkilö X käyttäytyy tavalla B.
- (ii.) Minun itseni kohdalla käytös B on seuraus mielentilasta M.
- (iii.) Koska minun ja X:n ulkoinen käytöstapa B on samanlainen, käytöksen täytyy olla tulosta samanlaisesta mielentilasta.
- (iv.) Siis: X:n käytös aiheutuu mielentilasta M. (Tässä oletetaan, että minä ja X olemme psykologisesti riittävän samankaltaisia).<sup>225</sup>

Toisin sanoen, koska voimme tietää, että meillä itsellämme on mielentiloja, voimme päätellä näkemistämme havainnoista, että muillakin on mielentiloja. He siis esimerkiksi pohtivat asioita ja tuntevat kipua, surua ja iloa, kuten mekin.

Lipps ei hyökkää analogista päättelyä vastaan, koska se ei hänen mielestään perustuisi vakuuttaviin todistuksiin. Hänen mielestään se ei pysty selittämään, miksi ja miten voimme olla varmoja, että toisilla on mieli, joka on psykologisesti samankaltainen kuin meillä. Hänen mielestään päättelyllä ei voida todistaa, että toisella on mieli, kuten meillä, sillä kartesiolaisen ajattelun perustana on väite, että mieli on erillinen kehosta emmekä voi lähtökohtaisesti käsittää muiden mieltä.<sup>226</sup>

Stueber huomauttaa, että vaikka Lipps kykenee osoittamaan ongelman analogisessa päättelyssä melko onnistuneesti, hänen omat teoriansa eivät nekään kykene selittämään, miten empatia voi tarjota meille episteemisesti vakuuttavan

---

<sup>222</sup> McCulloch 1995, i.

<sup>223</sup> Stueber 2018.

<sup>224</sup> Stueber 2018.

<sup>225</sup> Stueber 2018.

<sup>226</sup> Stueber 2018. Ongelma esiintyy siis esimerkiksi siinä, miten toisen kehossa havaitut eleet, ilmeet jne. voisivat tarjota varmuuden, ettei toinen ole vain automaatti ja hänen tunteensa tyhjää täynnä. Keho ja mielihän ovat kartesiolaisen näkemyksen mukaan erilliset toisistaan eikä käyttäytyminen takaa mielen mukanaoloa.

käsityksen muiden mielistä tai miten tunteemme siitä, että tunnemme toisen mielen (engl. *feeling into*) olisi muuta kuin pelkkää projisointia. Jos siis pitäytyisimme kartesiolaisessa käsityksessä mielestä, ei ole selvää, miten Lippsin näkemys empatiasta voisi auttaa ymmärtämään sellaisia mentaalisia tiloja, jotka kuuluvat toiselle ihmiselle.<sup>227</sup>

Miten empatia sitten voisi tarjota meille tilaisuuden käsittää, että muillakin on samankaltainen mieli kuten meillä, jos olemme kosketuksissa vain omaan mieleemme? Lippsin mukaan, kun havainnoimme toisen eleitä tai ilmaisua, meidän taipumuksemme toistaa niitä synnyttää kyseisiin eleisiin ja ilmaisuun kuuluvan tuntemuksen, jonka heijastamme toiseen. Empatia on kuin vaisto, joka sisältää kaksi komponenttia: taipumuksen imitoida ja ilmaista. Lippsin mukaan emme tunne muiden tunteita, kuten ystävämme tai puolisoimme iloa ja vihaa – vain sen, miltä ilo ja viha tuntuvat meissä itsessämme.<sup>228</sup>

Lippsin väitteessä, että empatia tarjoaa menetelmän toisen mielentilojen tavoittamiseen, on ongelmia. Suurin niistä on Stueberin mukaan se, että Lipps sitoo ymmärryksemme toisten mielistä itseymmärrykseemme.<sup>229</sup> Jos kukin voi tuntea vain oman mielensä sisällön, miten voidaan puhua empatiasta toisen mielen tuntemisena? Eli jos minulla ei ole mitään mahdollisuuksia tavoittaa sinun mieltäsi, minulla ei ole myöskään mahdollisuutta käsittää sinun tunteitasi. Arkikielessä käyttämämme ilmaus “Tiedän, miltä sinusta tuntuu”, olisi epätotta. Se, mitä tiedän, olisi lähinnä havaintoni käytöksestäsi ja ikioma tunteeni, jonka projisoisin sinuun.

Useat Lippsin ideat ja hänen väitteensä analogista-argumenttia vastaan saivat myöhemmin kannatusta fenomenologien keskuudessa, mutta monet kyseenalaistivat hänen väitteensä, että empatia perustuisi projisointiin ja psykologisen resonanssin eli sisäisen kaiun mekanismeihin.<sup>230</sup>

---

<sup>227</sup> Stueber 2018.

<sup>228</sup> Zahavi 2010. (Zahavi viittaa Lippsin teokseen *Das Wissen von fremden Ichen*, 1907, s.713)

<sup>229</sup> Stueber 2018. Stueberin mukaan filosofi Ludwig Wittgenstein (1889–1951) ajatteli, että analogisen argumentin ongelma liittyy kartesiolaiseen käsitykseen mielestä. Jos käsitykseni jostakin mielentilasta perustuu siihen, millä tavalla itse koen jotakin, niin minun on mahdotonta käsittää, miten sama mielentila pätesi johonkin toiseen, jonka mielentiloja en pysty kokemaan. Tästä syystä, en voi käsittää miten joku toinen voisi olla samassa mielentilassa kuin minä, koska se vaatisi, että voisin kokea mielentilani jonakin muuna – ja sellainen tilanne on kartesiolaisen ajattelun mukaan täysin mahdotonta.

<sup>230</sup> Zahavi 2010; Stueber 2018.

### 3.1.2 Fenomenologit ja Lippsin teorian kritiikki

Tässä luvussa tarkastelen Lippsin kohtaamaa kritiikkiä 1800-1900 -luvun vaihteessa eläneiden Max Schelerin, Edmund Husserlin, Edith Steinin ja Alfred Schutzin taholta ja esittelen pääpiirteitä heidän empatiateorioistaan. Tukeudun Zahavin tekemään taustatyöhön. Zahavin mukaan Lippsin teorian kriittinen tarkastelu on nykyisin yleinen keskustelunaihe mielen teoriaa analysoivissa piireissä.<sup>231</sup>

Scheler kritisoi Lippsin näkemystä, jonka mukaan empatia ja käsitys toisen mielestä perustuu imitaatioon tai tunnetilan jäljittelyyn. Lippsin mielestä havaitessamme toisen ilon tai surun, meidänkin on siis oltava iloisia tai surullisia. Jotta voisimme ymmärtää toista imitaation avulla, tunnekokemuksen tulee edeltää kognitiivista vaihetta, jossa kokemuksellinen tunne tulee tunnistetuksi. Schelerin mielestä voimme kuitenkin ymmärtää sellaisiakin ilmauksia, joita emme voi imitoida. Voimme esimerkiksi käsittää, että häntää heiluttava koira on iloinen, vaikka emme voi imitoida hännänheilutusta. Ymmärryksemme koiran tunteesta ei siis vaadi, että me itse imitoisimme koiran tunteen ilmentämisen tapaa.<sup>232</sup>

Steinin mielestä Lippsin teoria saattaa vastata kysymykseen, miksi tietty reaktio tapahtuu ihmisessä, mutta Lippsin teoria ei onnistu selittämään empatiaa ilmiönä, jossa voimme aidosti kokea toisen mielentiloja. Lippsin käsite empatiasta on pikemminkin kuvaus emotionaalisesta tartunnasta (engl. *emotional contagion*).<sup>233</sup>

Scheler käsittelee myös empatian ja emotionaalisen tartunnan eroa. Hän selittää emotionaalisen tartunnan tilanteena, jossa emotio siirtyy muualta itseen. Se voi tapahtua tilanteissa, joissa altistut esimerkiksi ryhmän vihaiselle, iloiselle tai surulliselle mielialalle, vaikka et olisi tietoinen heistä yksilöinä etkä voisi nimetä, kenen tunteesta on kyse.<sup>234</sup> Kuvitellaan, että olet matkalla ja kävelet sisään paikalliseen temppeliin. Tietämättäsi saavut päivänä, jolloin temppelissä vietetään uskonnollista juhlaa. Vaikka et tiedä, mitä tilaisuudessa tapahtuu etkä tiedä ketkä temppelissä iloitsevat, huumaudut hetkessä iloisesta ilmapiiiristä. Muiden ilo tarttuu sinuun.

---

<sup>231</sup> Zahavi 2010.

<sup>232</sup> Zahavi 2010, 290. (Schelerin teoksessa *The Nature of Sympathy*, Toim. P. Heath London: Routledge & Kegan 1954, s 11).  
Zahavi 2010 290–291. (Steinin teoksessa *On the Problem of Empathy*, Toim. W. Stein (Washington, DC: ICS Publications 1989, s.23).

<sup>234</sup> Zahavi 2010, 290–291.



Zahavin mielestä ero emotionaalisen tartunnan ja empatian välillä on siinä, että empatiassa toisen tunne säilyy selkeästi hänen tunteenaan eikä sekoitu empatiaa kokevan omaan tunteeseen. Ero itsen ja toisen välillä pysyy yllä. Kysymys ei ole siis siitä, että asetat itsesi toisen paikalle tai ”hänen saappaisiinsa” ja mietit miltä sinusta tuntuu olla tuon toisen asemassa. Toinen tärkeä ero koskee tunteen laatua eikä niinkään tunteen objektia. Empatiaa tunteva ihminen tietää, mistä toisen tunnetila aiheutuu, kun taas emotionaalisen tartunnan voi saada ymmärtämättä paitsi kehen, myös mihin tunne liittyy.<sup>235</sup> Toisin sanoen empatiaa kokeva ihminen ymmärtää kontekstin, jossa tunne ilmenee. Hän ymmärtää, että tunne kuuluu toiselle eikä itselle ja hänellä on käsitys, mihin toisen tunnetila liittyy.

Schelerin mukaan empatia eroaa myös tunteiden jakamisesta. Tunteiden jakamisesta on kyse, kun useampi ihminen jakaa tunteen samasta syystä. Esimerkkinä toimii tilanne, jossa äiti ja isä seisovat kirkkomaalla lapsensa haudan luona. Kyseisessä tilanteessa äiti ja isä jakavat saman surun ja epätoivon. Tunteen objekti on myös sama eli kuollut lapsi. Paikalle saapuu pappi. Hän voi kokea empatiaa (tai sympatiata) vanhempien kärsimystä kohtaan, mutta hänen ei tarvitse itse kokea samoja tunteita. Näin ollen hänen empaattinen mielentilansa on laadullisesti erilainen kuin jaetun tunnetilan kokevilla vanhemmilla.<sup>236</sup>

Zahavi toteaa, että kuten Schelerille, myös Steinille ja Husserlille empatia on perustavaa laatua oleva intentionaalisuuden muoto, joka kohdistuu toisen ihmisen kokemuksiin. Empatiassa ymmärrämme toisen kokemuksia, mutta meidän ei tarvitse kokea siihen liittyviä tunteita. Jos tapaamme ärtyisän naapurin, saatamme tulla itsekin vihaisiksi, mutta empaattinen kykymme havaita naapurin tunnetila voi yhtä hyvin aiheuttaa meissä jonkun muun tunteen, kuten pelon tai huvittuneisuutta. Käsitys toisen tunnetilasta edeltää omaa tunnettamme. Se, että voimme käsittää toisen olevan ärtyisä, ei vaadi, että meidän tulee itsekin kokea ärtyisyyttä. Näin ollen fenomenologit hylkäävät käsityksen, että empatia olisi mimiikkaa, imitointia tai ilmiö, jossa tapahtuu emotionaalinen tartunta.<sup>237</sup>

Vaikka Schelerin näkemyksessä on samankaltaisuuksia Husserlin, Steinin ja Schutzin näkemyksiin verrattuna, siinä on myös se oleellinen ero, että hänen

---

<sup>235</sup> Zahavi 2010, 291.

<sup>236</sup> Zahavi 2010, 291. Zahavin mukaan Scheler erottaa empatian sympatiasta. Empatiassa ihminen voi tiedostaa toisen tunnetilan ilman, että hän tuntee itse kyseisiä tunteita. Hän voi olla siinä mielessä ”välinpitämätön”. Sympatiassa ihminen ymmärtää, miltä toisesta tuntuu ja sen lisäksi hän tuntee välittämistä tai huolta ja on myötätuntoinen.

<sup>237</sup> Zahavi 2010, 291.

mielestään kokemuksemme toisen mielestä on yhtä suora ja välitön kuin kokemus omasta mielestämme. Schelerin mukaan empatiassa on kyse erityisestä empaattisesta havainnosta, jota hän nimittää saksankielisellä termillä *Fremdwahrnehmung*. Se ei vaadi ajattelua eikä kognitiivisia arvioita.<sup>238</sup>

Hän vastustaa näkemystä, jonka mukaan kohtaamme toisen ihmisen ensisijaisesti kehollisena ja käyttäytyvänä objektina, ilman että kohtaisimme myös psykologisia attribuutteja. Schelerin mukaan kohdatessamme toisen kasvoista kasvoihin, emme kohtaa vain toisen kehoa emmekä pelkästään toisen sielua, vaan yhdistyneen kehomielen. Vaikka kuvailemme usein erikseen psykologisia tiloja ja käyttäytymistä, jako fyysikaaliseen ja psykologiseen on keinotekoinen abstraktio. Jos kuvittelemme esimerkiksi suutelemista tai kiputilanteessa karjumista, ei ole helppoa erottaa psykologista tekijää käyttäytymisestä. Tästä syystä Scheler väittää, että käytös on jakamaton psyko-fysikaalinen ilmiö, ilmaisullinen yksikkö (*Ausdruckseinheit*). Emotionaaliset mielentilat tulevat esille ilmaisussa (engl. *in expressive phenomena*). Ekspressiivisten ilmaisujen havainnoimissa voimme käsittää ja tavoittaa toisen mielentilat. Tavoitamme toisen ilon suoraan ja ilman päättelyä hänen naurussaan, surun hänen kyynelissään, häpeän hänen punastelussaan ja ajatusten painavuuden hänen äänensä sävyssä.<sup>239</sup>

Schutz kuitenkin torjuu Schelerin näkemyksen, jonka mielestä meillä on suora pääsy toistemme kokemuksiin. Schutz puolustaa silti ajatusta, että keho ei ole vain fyysinen objekti, vaan ilmaisullinen kenttä, jossa toisen kokemusmaailma paljastuu – mutta vain osittain. Hänen mielestään on tärkeää erottaa toisistaan ekspressiiviset liikkeet (engl. *expressive movements*) ja ekspressiiviset teot (engl. *expressive acts*). Ekspressiiviset teot sisältävät kommunikaatioon liittyvän intention (tarkoituksen), kun taas ekspressiiviset liikkeet eivät.<sup>240</sup>

Jos vaikkapa näemme puunhakkaajan, voimme havaita hänen käytöksensä, eleensä ja liikkeensä, mutta emme voi niistä päätellä, miksi hän hakkaa puita.

---

<sup>238</sup> Zahavi 2010, 292. Scheler käytti saksan empatia sanaa *Einfühlung* melko harvoin, koska hän oli tyytymätön siihen, että Lipps oli yhdistänyt termin projisointiin. Scheler käyttää teksteissään sen asemasta termejä *Nachfühlen* (jälkitunne), *Nachleben* (jälkikokemus), *Nacherleben* (kokemuksen visualisointi/kuvittelu) ja *Verstehen* (ymmärtäminen). Muut aikakauden fenomenologit, kuten Husserl ja Stein käyttivät termiä *Einfühlung* viitatakseen nimenomaan Schelerin teoriaan. Tästä syystä ja koska Scheler torjuu ajatuksen, että ymmärryksemme toisen tunteista perustuisi niiden uudelleentuottamiseen ja imitointiin, Zahavi on sitä mieltä, että empatia-termi tavoittaa kuitenkin paremmin Schelerin näkemyksen kuin hänen käyttämänsä *Nachfühlen* (jälkitunne). (s. 289.)

<sup>239</sup> Zahavi 2010, 292.

<sup>240</sup> Zahavi 2010, 296. Schutz on omaksunut jaon ekspressiivisiin tekoihin ja ekspressiivisiin liikkeisiin Husserlilta. (Zahavi viittaa Schutzin teokseen *Der sinnhafte Aufbau der sozialen Welt: Eine Einleitung in die verstehende Soziologie*, 1932.)

Emme siis voi yksinkertaisesti olettaa, että hän vain haluaa toteuttaa puunhakkuuta. Ekspressiivisten liikkeet eivät anna meille tietoa, miksi hän käyttäytyy kyseisellä tavalla. Hän voi kaataa puita, koska on mukana kirkonrakennustalkoissa tai Maailman paras puunhakkaaja -kisassa. Ehkä hän haluaa tehdä arkun kuolleen läheiselleen tai varastoida saunapuita kesämökille. Tai sitten hän vain pitää puunhakkuusta.<sup>241</sup>

Schutz arvostelee Scheleria siitä, että hän käyttää esimerkkeinä vain expressiivisiä liikkeitä väittäessään, että voimme tavoittaa suoraan toisen kokemuksen. Schutzin ei usko, että toisen kokemukset tulisivat meille koko laajuudessaan annettuina ja olisivat yhdistyneinä ulkoisessa olemuksessa. Schutz on vakuuttunut, että voimme tavoittaa suoraan ja ilman päättelyä tiettyjä aspektoja toisen mielentiloista, kuten surusta, kivusta, häpeästä, ilosta, rakkaudesta, raivosta ja uhattuna olost. Se että meillä voi olla ekspressiivisten liikkeiden kautta intuitiivista tietoa toisen tunteista, ei kuitenkaan riitä antamaan tietoa siitä, miksi toinen kokee kyseistä tunnetta.<sup>242</sup>

”Miksi” on kuitenkin se, mihin psykologisoinnilla pyrimme. Haluamme tavoittaa, miksi toiset tekevät sen mitä he tekevät ja mitä se heille merkitsee. Interpersoonallinen ymmärrys sisältää sen, että ymmärrämme toisen ihmisen teon syyn, merkityksen ja motiivit. Voidaksemme tavoittaa edellä mainitut, toisen liikkeiden ja tekojen havainnointi ei riitä. Meidän on nojattava myös omaan tulkintaamme. Tulkintaa tehdessämme voimme esimerkiksi yrittää ymmärtää toisen toiminnan päämääriä ja käyttää mielikuvitustamme keksiäksemme, kuinka itse pyrkisimme ratkaisemaan tilanteen ja millaisia kokemuksia kävisimme läpi. Toinen vaihtoehto on tukeutua muisteluun ja tarkastella, millaisia asioita koimme, kun olimme samanlaisessa tilanteessa. Voimme myös hyödyntää yleistietoaamme löytääksemme havaitsemallemme toiminnalle syitä ja motiiveja.<sup>243</sup>

On tärkeää huomata, että Schutzin teoria ei kuitenkaan ole uusi versio empatian projisointiteorioiden joukossa. Tulkintaan tarvitsee nimittäin Schutzin mielestä turvautua vain, jos olemme tilanteessa, jossa emme ole toisen kanssa suorassa vuorovaikutussuhteessa. Suora vuorovaikutussuhde syntyy kasvoista kasvoihin -tilanteessa. Tällöin voi muodostua me-suhde (engl. *we-relationship*), jossa toteutuu virtaava tietoisuus ja molemmat osapuolet vaikuttavat suoraan toisiinsa. Tällaisissa tilanteissa ymmärrys ei perustu teoretisointiin,

---

<sup>241</sup> Zahavi 2010, 269.

<sup>242</sup> Zahavi 2010, 296–297.

<sup>243</sup> Zahavi 2010, 297.

mielikuvitukseen tai muistiin. Kasvoista kasvoihin -kohtaaminen on hänen mielestään intersubjektin ymmärryksen kulmakivi, vaikka ymmärryksemme toisista voi muodostua myös muilla tavoin.<sup>244</sup>

Me-suhde rakentuu sinä-orientaation varaan (engl. *thou-orientation*). Sinä-orientaatio voi olla yksipuolista tai molemminpuolista. Se on yksipuolista esimerkiksi silloin, kun jotakuta tarkastellaan hänen huomaamattaan. Kun taas kaksi ihmistä on vastavuoroisesti orientoituneita toinen toisiinsa, voi syntyä me-suhde tai suhde, jota Schutz nimittää eläväksi sosiaalseksi suhteeksi (engl. *living social relationship*). Me-suhde on perusta intersubjektin ymmärryksellemme kaikissa muissakin kohtaamisissa. Kokemus toisen kehollisesta läsnäolosta on ensisijainen ja perustavanlaatuisempi kuin mikään muu ymmärrys, joka tukeutuu projisointiin, muistiin tai teoreettiseen päättelyyn. Silti jos haluamme päästä syvemmälle intersubjektin ymmärryksessä, meidän on huomioitava konteksti, eli esimerkiksi se kulttuurinen, sosiaalinen ja historiallinen ympäristö, jossa toisen kohtaamme. Ilman kontekstia olisi mahdollista tavoittaa vain psyko-fyysinen yksikkö, mutta emme voisi ymmärtää, mitä toisen mielessä tapahtuu eli millaisia uskomuksia hänellä on, mitä hän kokee, miksi hän tuntee tietyllä tavalla tai käyttäytyy siten kuin käyttäytyy. Vaikka kohtaaminen ja suhde toisen kanssa voi olla syvä, meidän on hyväksyttävä, että emme voi siltikään olla varmoja, mitä toinen tarkalleen uskoo tai aikoo.<sup>245</sup>

Schutzin ohella muutkin fenomenologit suhtautuivat kriittisesti Schelerin väitteeseen, jonka mukaan meillä on periaatteessa samanlainen suora pääsy toisen kokemuksiin kuin omiimme. Intentionaalisuuteen liittyvässä teoriassaan Husserl korostaa, että on syytä erottaa toisistaan eri tavat, joilla jotakin asiaa lähestytään. Husserlin mukaan onkin olemassa hierarkkisia tasoja, joiden kautta voimme lähestyä jotakin objektia epäsuoremmin tai suoremmin. Voimme esimerkiksi puhua Jerusalemissa sijaitsevasta Itkumuurista, vaikka olemme vain kuulleet siitä, mutta emme ole itse nähneet sitä. Voimme nähdä yksityiskohtaisen kuvan tai videon Itkumuurista tai voimme kokea Itkumuurin aistimalla sen paikan päällä itse. Vain objektin kohtaaminen sen materiaalisessa tai kehollisessa olomuodossa tarjoaa välittömän pääsyn objektiin ilmentymään. Vaikka toisen kehollinen ilmentymä olisi edessämme ja voimme kokea intuitiivisesti hänet *in propria*

<sup>244</sup> Zahavi 2010, 296–297. (Me-suhde -termin suomennos on minun.)

<sup>245</sup> Zahavi 2010, 298–299. Me-suhteet voivat saada erilaisia muotoja; koemme jotkut intiimimmin ja suuremmalla intensiteetillä kuin toiset. (Sinä-orientaatio ja elävä sosiaalinen suhde -termien suomennos on minun.)

*persona*, ja nähdä hänen kipunsa, ilonsa tai vihansa, emme kuitenkaan omaa pääsyä toisen kokemuksiin samalla tavoilla kuin omiimme. Husserlin mukaan jokaisella on siis kokemuksia, jotka ovat läsnä ja koettavissa ainutlaatuisella tavalla vain ja ainoastaan hänelle itselleen.<sup>246</sup>

Steininkaan mielestä meillä ei ole samanlaista pääsyä toisen kokemuksiin kuin omiimme (engl. *first-personal access*), mutta empatia tarjoaa niihin suorimman mahdollisen pääsyn. Empatia on Steinin mukaan uniikki kokemus, jossa empaattisuudessa koen tunnetta, joka sijaitsee toisessa eikä itsessäni. Empatiassa on kaksi selkeästi erillistä subjektia: minä empaattisen kokemukseni kanssa ja toinen, jonka kokemus on empatiani kohteena. Jos esimerkiksi uskonnollinen ystäväsi kertoo sinulle murtuneena, että hän on menettänyt aikaisemman luottamuksensa Jumalan hyvyteen, voit tulla tietoisiksi hänen tuskastaan. Empatian kautta sinä et vain kuvittele tai päättele hänen tunnettaan, vaan myös koet sitä. Sinulla ei kuitenkaan ole samanlaista kärsimystä kuin ystävälläsi, koska kyseessä ei ole sinun kärsimyksesi. Tunne kuuluu ystäväillesi niin kauan, kun tunteen kohde ei ole teille yhteinen.<sup>247</sup>

Jos sinäkin sattuisit olemaan uskonnollinen ja kärsisit myös siitä, että olet menettänyt luottamuksesi Jumalan hyvyteen, sinä ja ystäväsi voisitte kokea jaetun tunnetilan. Empatiassa tunteitasi ohjaa ystäväsi tunne eikä hänen tunteensa kohde. Jaetussa tunnetilassa tunnet surua saman tilanteen vuoksi kuin ystäväsi. Stein onkin Schelerin kanssa samaa mieltä siitä, että jaettua tunnetilaa, jota Stein kutsuu nimellä *Mitfühlen* ei tule sekoittaa empatiaan.<sup>248</sup>

Empatia on Steinin mukaan täysin ainutlaatuinen *sui generis* -kokemus. Sen kautta toisen kokemuksen havaitseminen on suoraa ja intuitiivista (engl. *direct, unmediated and non-inferential*), mutta se ei kuitenkaan voi tarjota täysivaltaista elämistä ja olemista siinä kokemuksessa, joka kuuluu jollekin toiselle. Kokemus on täydellisesti läsnä vain kokijalle itselleen.<sup>249</sup>

Zahavi toteaa, että jokaisella on muista poikkeavat edellytykset tavoittaa oma mielentilansa, sillä toisilla ei ole siihen henkilökohtaista (engl. *first-person*) pääsyä. Voimme tavoittaa toistemme mielentiloja monin tavoin ja jokaisessa

---

<sup>246</sup> Zahavi 2010, 293–294.

<sup>247</sup> Zahavi 2010, 294. vrt. Scheler, jonka mielestä empatiakoemukseen ei välttämättä liity toisen kanssa samankaltaisen tunteen kokemista lainkaan. (Zahavi viittaa Steinin teokseen *On the Problem of Empathy*, Toim. W Stein, Washington, DC: ICP Publications, 1989.)

<sup>248</sup> Zahavi 210, 294. (Zahavi viittaa Steinin teokseen *On the Problem of Empathy*, Toim. W Stein, Washington, DC: ICP Publications, 1989.)

<sup>249</sup> Zahavi 2010, 294.

tavassa on omat heikkoutensa ja vahvuutensa. Vaikka tavoitamme oman mielentilamme eri tavalla kuin toisten, kumpikaan tapa ei ole toista epätäydellisempi. Päinvastoin, juuri tämän eroavaisuuden vuoksi voimme argumentoida, että tavoitamme toisen mielen emmekä omaamme. Kuten Husserl huomauttaa, jos minulla olisi samanlainen pääsy muiden tietoisuuteen kuin omaani, tuo toinen lakkaisi olemasta toinen ja olisi osa minua. Kun koemme toisen ilmeitä ja merkityksellisiä tekoja, emme vain simuloi, kuvittele tai teoretisoi häntä. Meillä on pääsy toisen kokemukseen, vaikka voimme joskus tulkita väärin tai tulla toisen ilmaisujen kautta tarkoituksellisesti petetyiksi. Me todistamme ja koemme toisen kokemuksellista elämää tavalla, joka ylittää hänen keholliset ilmaisunsa ja käyttäytymisen. Ymmärryksemme muista on sidottu kokemuksellisuuteen, vaikka emme tavoitakaan kaikkea sitä, mitä toisen mielessä tapahtuu.<sup>250</sup>

Kuten tässä luvussa kävi ilmi, Lippsin ideat herättivät aikoinaan paljon keskustelua, jota olen peilannut joidenkin fenomenologien kautta. Tiivistettynä Schelerille empatiassa on kyse erityisestä havaintokokemuksesta, jossa meillä on estoton pääsy toisen mielentiloihin. Steinille empatia on uniikki *sui generis*-kokemus, jossa on kuitenkin selkeästi kaksi erillistä kokijaa ja mielentilaa. Schutzille empatiassa voi muodostua me- ja elävä sosiaalinen suhde, jossa toisen keho on ilmaisullinen kenttä. Husserl nostaa esiin erilaiset kohteen lähestymisen ja kokemisen hierarkkiset tasot. Lippsin näkemyksistä keskustellaan yhä. Seuraavaksi tarkastelen viimeaikaisia depatteja.

### **3.2 Empatiaa selittävä simulointiteoria ja teoreettinen teoria**

Tässä luvussa esittelen joidenkin oleellisten ja ajankohtaisten empatiateorioiden pääpiirteitä. Toisten mielten tavoittamiseen liittyvä keskustelu jakaantuu Zahavin mukaan nykyisin lähinnä kahteen suuntaukseen, joita kutsutaan nimillä simulointiteoria (engl. *simulation theory of mind*) ja teoreettinen teoria (engl. *theory-theory of mind*).<sup>251</sup> Filosofin Alvin Goldman toteaa kuitenkin, että todellisuudessa eri teorioita ja näkökulmia on tarjolla lukuisia<sup>252</sup>. Monet niistä

---

<sup>250</sup> Zahavi 2010, 295.

<sup>251</sup> Zahavi 2010, 285–286. Keskustelu toisten mielten tavoittamisesta sisältää kykymme tunnistaa toisten mielentiloja tai ennustaa, tulkita ja selittää toisen käytöstä intentioiden, halujen, emotionaalisten tilojen ja uskomusten perusteella.  
(Termien simulointiteoria ja teoreettinen teoria suomennokset ovat minun.)

<sup>252</sup> Goldman 2013, 23.

ovat hybridejä<sup>253</sup>. Zahavin mukaan simulointiteorian ja teoreettisen teorian ylivalta on haastettu ja monet teoreetikot väittävät, että valinta vain näiden kahden välillä ei ole oikein<sup>254</sup>. Tästä huolimatta on laajempialaisen keskustelun ymmärtämisen takia mielestäni perusteltua tutkia kahta pääteoriaa ja niiden pääkohtia.

Simulointiteorian mukaan ymmärryksemme toisten mielentiloista perustuu siihen, että voimme kokea saman mielentilan kuin toinen esimerkiksi teeskentelemällä hänessä havaitsemaamme tunnetilaa. Simuloimamme mielentilan pohjalta voimme sitten päätellä ja ilmaista, mikä olisi kyseisessä tilanteessa sopiva toimintatapa.<sup>255</sup> Simulointiteorian mukaan ymmärryksemme toisistamme perustuu siis siihen, että käytämme omaa mieltämme mallina, jonka avulla ymmärrämme toisen mieltä. Sen mukaan on välttämätöntä, että projisoimme oman mielentilamme muihin, koska meillä on välitön pääsy ja tietämys vain oman mielemme tiloista. Toisin sanoen toisen mieli ei ole manifestoitunut, läsnä tai annettu meille millään avoimella tavalla.<sup>256</sup>

Goldman ja filosofi Chandra Sekhar Sripada väittävät, että neuropsykologinen tutkimus tukee simulointiteoriaa ainakin joissain rajatuissa toisen mielentilan tunnistamistehtävissä. Eri tyyppisten mielentilojen ymmärtämisessä on kuitenkin eroja. Heidän mukaansa tunnetyyppien tunnistaminen kasvojen ilmeiden perusteella on helpompaa kuin propositionaalisten asenteiden tunnistaminen. Tunteiden tunnistaminen voi olla uniikki taipumus ja toimia tavalla, joka ei ole yleistettävissä muiden mielentilojen havaitsemiseen. Tunteiden helpompi tunnistaminen etenkin perustunteiden osalta saattaa liittyä ihmislajin selviytymiseen, joten he pitävät tällaisen kyvyn kehittymistä ymmärrettävänä. Selviytymisen kannalta tärkeitä tunnistettavia tunteita voivat olla esimerkiksi vihaisuus, inho ja pelko.<sup>257</sup> On esimerkiksi hyödyllistä huomata nopeasti, jos ympärillämme olevat ihmiset ovat peloissaan, koska saatamme olla silloin itsekkin vaarassa.

Useat tutkimukset osoittavat, että kyvyttömyys tuntea jotakin tunnetta itse liittyy kyvyttömyyteen lukea toisen kasvoista vastaavaa tunnetta. Esimerkiksi

---

<sup>253</sup> Goldman & Sripada 2005, 63.

<sup>254</sup> Zahavi 2010, 286.

<sup>255</sup> Goldman & Sripada 2005, 63

<sup>256</sup> Zahavi 2010, 289. *“I know my own mind, but your mind is not present or manifest or given to me in any straightforward sense.”*

<sup>257</sup> Goldman & Sripada 2005, 64–65. Zahavi (2010) tunnistaa samankaltaisuuksia Goldmanin kannattamassa simulointiteoriassa ja Lippsin ajattelussa. (s.288.)

rottakokeissa on havaittu, että dopamiinin puuttuminen voi vähentää rotan kykyä tuntea vihaisuutta, jolloin rotasta tulee myös kyvyttömämpi tunnistamaan muiden rottien vihaisuutta. Vaikka kyseinen tutkimus on tehty eläimillä, ihmistutkimuksissa on saatu samankaltaisia tuloksia. Muun muassa Huntingtonin tautia sairastavat ihmiset eivät kykene tunnistamaan muiden kasvoista inhoa, koska se osa aivoista, joka on normaalisti kytköksissä havainnointiin, ei toimi heillä normaalisti. Kun ne, joilla ei ole tätä sairautta tarkkailevat ihmisiä, jotka haistavat jotakin pahanhajuista ja kun he sitten itse haistavat samoja hajuja, heillä aktivoituvat kummassakin tilanteessa samat aivoalueet. Inhoa tuntevan ihmisen havainnointi synnyttää siis samat reaktiot havaintoa tekevän aivoissa kuin inhon kokeminen omakohtaisesti.<sup>258</sup>

Filosofit ja muut tutkijat puhuvat kehollistuneesta tietoisuudesta (engl. *embodied cognition*), kun he viittaavat ilmiöihin, joissa keho ja kognitiiviset prosessit ovat erottamattomia. Simulointiteoreetikot viittaavat myös peilausilmiöön (engl. *mirroring phenomenon*). Tutkimuksissa käytetään sanaa peilisolut, kun tarkoitetaan niitä havaintokokemukseen liittyviä neuraalisia alueita, jotka aktivoituvat meillä silloin, kun tarkkailemme muiden tekemisiä, mutta myös silloin, kun teemme samaa asiaa itse.<sup>259</sup> Peilisolulöydökset sekä apinoilla että ihmisillä viittaavat siihen, että meillä on sisäisiä toimintamalleja, jotka aktivoituvat silloinkin, kun vain näemme tai jopa kuulemme jonkun toisen tekevän jotakin<sup>260</sup>. Empiiristen tutkimusten mukaan meissä aktivoituvat esimerkiksi samat lihasalueet kuin niillä, joiden näemme tarttuvan esineisiin<sup>261</sup>. Myös kun tarkkailemme muiden kasvojen ilmeitä, meillä aktivoituvat samat neuraaliset alueet kuin silloin, kun ilmeilemme itse. Kasvojen ilmeiden tietoinen muuttaminen vaikuttaa tutkitusti mielentilaan.<sup>262</sup> Esimerkiksi kynän pitäminen suussa tavalla, joka muistuttaa hymyilemistä, vaikuttaa mielialaa kohottavasti.<sup>263</sup> Tällaisten seikkojen perusteella on katsottu, että kasvojen ilmeet voivat edeltää tunnetta<sup>264</sup>.

Goldmannin ja Sripadan arvioivat, että voimme kokea toisen mielentilan mallintamalla sitä itse. Heidän ja monien muidenkin teoreetikkojen mukaan

<sup>258</sup> Goldman & Sripada 2005, 67–68.

<sup>259</sup> Goldman & Sripada 2005, 77; Stueber 2018. (Termien suomennokset ovat minun.)

<sup>260</sup> Goldman & Sripada 2005, 80.

<sup>261</sup> Goldman & Sripada 2005, 78.

<sup>262</sup> Goldman & Sripada 2005, 78.

<sup>263</sup> Kalat 2016, 358. Esimerkkiä on käsitelty tarkemmin luvussa 2.2.4.

<sup>264</sup> Goldman & Sripada 2005, 78.



esimerkiksi muiden kasvojen ilmeiden, liikkeiden ja asennon matkiminen selittävät sen, että voimme ymmärtää toistemme tunteita ja mielentiloja.<sup>265</sup>

Toisaalta on olemassa tutkimuksia, jotka haastavat simulointiin ja kasvojen matkimiseen perustuvan teorian. Kun tutkimuksissa käytetään haastavampia kasvojenilmeiden tunnistamistehtäviä, onnistunutkaan ilmeen mallintaminen ei takaa matkitun mielentilan nimeämistä.<sup>266</sup> Näin ollen matkiminen tai neuraalisen toiminnan samankaltaisuus havaitun kohteen kanssa edeltää, mutta ei takaa ymmärrystämme siitä, mitä toinen ihminen kokee<sup>267</sup>. Se, että ihminen ei kykene itse tuottamaan ilmeitä esimerkiksi sairauden takia ei myöskään vaikuta heidän kykyynsä tunnistaa muiden tunteita, vaikka Goldmanin ja Sripadan mielestä tämä voi selittyä myös sillä, että nämä henkilöt ovat kyetneet kehittämään muita korvaavia strategioita kasvojen ilmeitä jäljittelevän mekanismin tilalle.<sup>268</sup>

Ehkäpä kasvojen ilmeitä ei tarvita, koska peilisolut hoitavat mallintamisen joka tapauksessa? Stueber toteaaakin Lippsin sisäiseen imitaatioon perustuvan empatiateorian pohjalta, että peilisolut ovat se sisäinen mallintamisen mekanismi, jolla empatia toteutuu. Niiden vuoksi voimme käsittää toisen tunnetilan hänen kasvojaan tarkkailemalla ja ymmärtää toisen liikkeiden kautta niiden päämääriä. Aivoissamme aktivoituvat eri alueet silloin, kun teemme eron elollisten olentojen ja elottomien objektien välillä. Tämä saattaa selittää myös kykyämme tunnistaa ne yksilöt, jotka ovat eniten itsemme kaltaisia. Näiden nykyaikaisten tutkimusten paljastamien mekanismien vuoksi empatian onkin katsottu ratkaisevan merkittävän filosofisen kysymyksen siitä, havaitsemmeko toisen olennon ensisijaisesti vain fysikaalisena objektina (samoin kuten vaikkapa puut ja patsaat), vai kykenemmekö erottamaan jo havaintotasolla ne olennot, jotka ovat kaltaisiamme.<sup>269</sup>

<sup>265</sup> Goldman & Sripada 2005, 78. Goldman ja Sripada käyttävät tässä yhteydessä mimiikasta/mallinnuksesta ilmausta *primitive emotion contagion* eli primitiivinen emotionaalinen tartunta. Se eroaa kuitenkin mielestäni tavasta, jolla tutkielmassani esiteltyt fenomenologit emotionaalisen tartunnan ymmärtävät. Kuten edellisessä luvussa kävi ilmi, emotionaalinen tartunta voidaan käsittää ilmiönä, jossa jokin mieliala tai tunne tarttuu ihmiseen tilanteessa, jossa hän ei ole tietoinen kenen tunne häneen on tarttunut eikä hän myöskään ole välttämättä tietoinen, mistä tunne on alun perin aiheutunut. (Vrt. temppelijuhlaan saapumisesimerkki s.63.) Silloin, kun toisen mielentilaa myötäeletään ja on kyse vuorovaikutussuhteesta toisistaan tietoisien henkilöiden välillä, käytetään mieluummin muita termejä. Emotionaalinen tartunta ei siis ole välttämättä toisen mielen tavoittamisen ennakkoehto eikä paras termi kuvaamaan toisen mielentilojen tavoittamista yleensä.

<sup>266</sup> Goldman & Sripada 2005, 79.

<sup>267</sup> Stueber 2018.

<sup>268</sup> Goldman & Sripada 2005, 78–79.

<sup>269</sup> Stueber 2018.

Tiivistettynä, simulointiteoria on näkemys, jonka mukaan ymmärrämme toisten tunnetiloja, koska meissä tapahtuu automaattisesti resonointi-ilmiö, jota voi kutsua myös sisäiseksi kaiuksi. Simuloimme eli mallinimme toisessa havaitsemaamme tilaa omassa kehossamme ilman, että se vaatii meiltä minkäänlaista kognitiivista päättelyä toisen tilanteesta. Onnistuessaan simulointi takaa sen, että koemme saman mielentilan kuin havaintomme kohde.<sup>270</sup>

Simulointiteorialle vastakkaisen teoreettisen teorian mukaan ymmärryksemme toisten mielentiloista perustuu ensisijaisesti kognitioon ja teorianmuodostukseen. Sen mukaan me emme pyri mallintamaan toisen kokemuksia, vaan me päätelemme toisesta saatavan informaation avulla, mitä hänen mielessään liikkuu. Teoreettisen teorian mukaan voimme ikään kuin kopioida toistemme mielentiloja pohtimalla samoja kysymyksiä, joita oletamme heidän pohtivan. Voimme esimerkiksi hyödyntää ”keittiöpsykologisia” hypoteeseja ennustaaksemme, mitä toinen kokee tai ihminen aikoo tehdä seuraavaksi.<sup>271</sup> Tähän tapaan voisin esimerkiksi tarkkailla kasvojesi ilmeitä ymmärtääkseni, missä tunnetilassa olet. Jos huomaisin silmiesi olevan sirrillään ja suupielesi alaspäin, voisin päätellä, että olet surullinen. Jotkut muut sinusta havaitsemani vihjeet, kuten nopeat liikkeesi, voisivat kuitenkin lisätä informaatiota. Koska vastaavat liikkeet ovat havaintokokemuksissani aikaisemmin liittyneet aggressiivisuuteen, uskoisin että olet vihainen.

Näin ollen teoreettisen teorian mukaan ymmärryksemme toisista perustuu pitkälti älyllisiin prosesseihin, joissa siirrytään päättelyn avulla uskomuksesta toiseen.<sup>272</sup> Zahavin mukaan teoreettinen teoria kehitettiin, kun pyrittiin selittämään, miten havaintokokemus esimerkiksi ulkoisesta käytöksestä muuntuu käsitykseksi mielentilasta. (Mielentilahan on joidenkin teoreetikkojen mielestä jotakin käytöksestä erillistä ja näkymätöntä, eli sellaista, jota emme voi havaita.)

Teoreettisen teorian sisällä on kaksi eri näkökulmaa tiedon prosessoinnista. Joidenkin mielestä päättely tapahtuu tietoisesti, kun taas toiset ovat sitä mieltä, että tiedonkäsittely on tiedostamatonta. Yhteistä kaikille teoreettisen teorian kannattajille on ajatus, että päättelyllä pyritään parhaaseen mahdolliseen selitykseen. Teoreettinen teoria poikkeaa siis fenomenologisesta ajatustavasta, jonka mukaan toisen käytöksen havainnointi tarjoaa välittömän pääsyn toisen mielentiloihin. Sen mukaan empatia ei myöskään perustu sisäiseen resonointiin,

<sup>270</sup> Goldman & Sripada 2005, 81–82; Shanton & Goldman 2010.

<sup>271</sup> Goldman & Sripada 2005, 68–69.

<sup>272</sup> Zahavi 2010, 286.

kuten simulointiteoriassa, vaan kyseessä on erityinen havaintokokemus (engl. *a type of direct perception*).<sup>273</sup>

Vaikka teoreettista teoriaa ja simulointiteoriaa pidettiin jonkin aikaa vakuuttavimpina teorioina, monet teoriat ovat nykyisin hybridejä eli sekoituksia. Teoreettinen teoria ja simulointiteoria eivät siis kykene sellaisinaan selittämään empatiaa ilmiönä ja kykyämme ymmärtää muiden mielentiloja. Siitä huolimatta, että joidenkin tutkijoiden mukaan simulointi ei edellytä päättelyä, on niitäkin, joiden mielestä siihen sisältyy tietoista mielikuvituksen käyttöä ja tahdonalaista päättelyä.<sup>274</sup> Eräs simulaatioteorioista väittää esimerkiksi, että sen jälkeen, kun olemme simuloineet toisen mielentilaa, meidän on tutkailtava kyseistä tilaa ja analysoitava se. Vasta sitten voimme päätellä, mistä mielentilassa on kyse.<sup>275</sup> Toisin sanoen he esittävät, että emme ymmärrä kokemustamme ilman analyttistä ajattelua.

Stueber on Goldmanin kanssa samaa mieltä siitä, että monimutkaisempien mielentilojen kohdalla ”perusempatia” eli peilisoluihin perustuvat biologiset mekanismit eivät riitä. Perusempatia mahdollistaa meille toisen tunnetilojen kuten surun tai ilon tunnistamisen ja on mukana liikkeisiin perustuvien toimintojen, kuten esineisiin tarttumisen havainnoinnissa. Käytämme kuitenkin päättelyämme, jotta voimme käsittää syyn, joka ohjaa ihmisen toimintaa. Me nojaamme myös sosiaaliseen kontekstiin ja lukuisiin psykologisiin konsepteihin ihmisen haluista ja uskomuksista.<sup>276</sup>

Tällä hetkellä empatian ja tunteiden sosiaaliseen kontekstiin liittyvät näkökulmat ovatkin monien tutkijoiden erityisenä kiinnostuksenkohteena. On useita, joiden mukaan empatia ja tunteet tulee ymmärtää laajemmassa sosiaalisessa- ja kulttuurisessa kontekstissa.<sup>277</sup> Seuraavaksi tarkastelenkin sosiologisia näkökulmia ja tunteiden sosiaalisia ulottuvuuksia.

---

<sup>273</sup> Stueber 2018. On mielestäni kuitenkin hyvä huomata, että fenomenologiassakin näkemykset poikkeavat toisistaan ja myös kognitiolla eli teorianmuodostuksella voi olla roolinsa. Vrt. luku 3.1.2.

<sup>274</sup> Zahavi 2010, 285–286.

<sup>275</sup> Shanton & Goldman 2010.

<sup>276</sup> Stueber 2018. (*Basic empathy* eli perusempatia on ilmaus, jolla Stueber viittaa Lippsin inspiroimana sisäiseen imitointiin, joka perustuu peilisolujen toimintaan.)

<sup>277</sup> Stueber 2018.

### 3.3 Tunteiden sosiologia

Sosiologinen tutkimus selittää tunteita sosiaalisten teorioiden kautta. Tässä luvussa tavoitteenani on paitsi esitellä näitä teoreettisia näkökulmia, myös tuoda esille, miten kyseiset teoriat voivat rakentaa ymmärrystämme intersubjektisista ja empaattisista kohtaamisista uskonnollisessa kontekstissa. Käsittelen karakteristisiä tunteita ja rooli-identiteettejä. Luvun lopussa tarkastelen esimerkinomaisesti erityisesti äitiyteen liittyviä tunteita.

Tutkijat ovat jo kauan pitäneet selvänä sitä, että kulttuuri ja sosiaalinen ympäristö vaikuttavat tunteisiin. He ovat kuitenkin eri mielisiä siitä, millä mekanismeilla ne vaikuttavat tunteiden syntyyn ja niiden säätelyyn. Tarkastelu voi keskittyä fysiologisiin tai neurologisiin mekanismeihin, kognitiiviseen prosessointiin, sosiaalisiin kohtaamisiin ja eri kulttuureiden omaleimaisiin merkityksenantoihin.<sup>278</sup>

Vaikka teoreetikoiden välillä on eroja, sosiologit yleisesti väittävät, että sosiaalisilla aspekteilla on merkitystä tunteiden syntymisessä. Tutkimuskohteita ovat muun muassa tunteet sosiaalisena ilmiönä, tunteiden merkitys kollektiivisissa toiminnoissa sekä sosiaalisten instituutioiden merkitys emotionaaliseen käyttäytymiseen, tunteiden säätelyyn ja tunteiden ilmaisuun.<sup>279</sup> Oleellista on selvittää mekanismeja, jotka linkittävät tunteiden yksilölliset ja sosiaaliset näkökulmat yhteen.<sup>280</sup>

Sosiologit Christian von Scheve ja Rolf von Luede ovat jaotelleet käsityksensä tällä hetkellä vallitsevista sosiaalisista tunneteorioista kolmeen tasoon: mikro-, meso-, ja makrotasoon. Mikrotasolla ollaan ensisijaisesti kiinnostuneita tunteista yksilön näkökulmasta. Mikrotasolla tutkitaan esimerkiksi aivojen toimintaa ja niitä fyysisiä tekijöitä, jotka selittävät emotionaalisia kognitiivisia prosesseja. Mesotasolla keskitytään sosiaalisen ympäristön tutkimiseen osana tunneprosessia. Siinä tarkastellaan niitä sosiaalisen maailman ominaispiirteitä, jotka yksilö kykenee havaitsemaan sensorisen järjestelmänsä avulla. Toisin sanoen, käsittelyn kohteena ovat toiminnot ja objektit, joista sosiaaliset tilanteet ja tapahtumat koostuvat. Keskeisimmät kysymykset mesotasolla ovat, mitkä sosiaalisten tilanteiden ominaisuudet synnyttävät tunteita

<sup>278</sup> Rogers, Schröder & von Scheve 2019, 3, 10. Rogersin, et al.in mukaan, jos esitetään väite, että tunteet ovat perustavaa laatuisesti sosiaalisia, on väitteen perustuttava riittävään sosiaalisten suhteiden, vuorovaikutuksen ja kulttuuristen merkitysten käsitteellistämiseen. Tämän tutkielman puitteissa en kuitenkaan tarkastele itse sosiaalisuus-käsitteeseen tai mahdollisesti sen eri muotojen käsitelmällisiin teemoihin liittyvää keskustelua.

<sup>279</sup> von Scheve & von Luede 2005, 303–304.

<sup>280</sup> Rogers, Schröder & von Scheve 2019, 3, 10.

ja miten mikrotason mekanismit vaikuttavat sosiaalisissa tilanteissa, miten tunteita ilmaistaan ja miten niitä säädellään.

Makrotasolla tarkastellaan, millä tavalla tunteet ja sosiaaliset rakenteet ovat yhteydessä toisiinsa. Makrotason tutkimuksissa korostuu sekä mikrotason näkökulmien että sosiaalisten rakenteiden tarkastelu samanaikaisesti.<sup>281</sup>

Sosiaalisissa teorioissa emotioita pidetään yleensä välttämättöminä linkkeinä sosiaalisten rakenteiden ja sosiaalisiksi toimijoiksi kutsuttujen yksilöiden välillä.<sup>282</sup> Sosiaaliset rakenteet sisältävät sosiaalisia yksikköjä, jotka tarkoittavat niitä ryhmiä, yhteisöjä, tiimejä ja yhteiskuntia, joissa sosiaalinen vuorovaikutus tapahtuu. Yksiköiden piiriin kuuluu ei-fysikaalisia asioita, kuten normeja, riittejä, lakeja, velvoitteita ja instituutioita. Niitä ylläpidetään ja toteutetaan toistuvasti, samanaikaisesti ja järjestäytyneesti vaihtelevien sosiaalisten toimijoiden toimesta, eikä niiden olemassaolo ole sidottu toimijoiden fysikaaliseen läsnäoloon tai tiettyyn aikaan.<sup>283</sup>

Sosiaaliset yksiköt sisältävät uskonnollisia yhteisöjä, joissa muiden sosiaalisten yksiköiden tavoin yksilöiden tulee tietää yhteisössä vaikuttavista normeista ja muista ei-fysikaalisista ominaisuuksista, jotta he voivat osallistua niihin. Ei-fysikaaliset ominaisuudet koostuvat enimmäkseen mentaalisista representaatioista, etenkin uskomuksista, jotka voivat joko laajentaa tai kaventaa yksilön käytössä olevia toimintamahdollisuuksia ja tunnetiloja.<sup>284</sup>

Ei-fysikaaliset ominaisuudet voivat helpottaa vuorovaikutusta eri yksilöiden välillä, sillä ne tekevät toimintatavoista selkeämpiä ja vähentävät epävarmuutta.<sup>285</sup> Tutut käyttäytymisnormistot auttavat meitä esimerkiksi tulkitsemaan muiden käyttäytymistä. Sosiaaliset normistot vaikuttavat esimerkiksi siihen, mitä asioita yksilön tulisi pitää hyvinä tai pahoina, miten hänen odotetaan ilmaisevan tai säätelevän tunteitaan ja mitkä emotionaaliset tilat ovat sallittuja kullekin ryhmän jäsenelle.

Normit, säännöt ja rituaalit ylläpitävät ryhmää ja voivat tukea yksilöllistä hyvinvointia. Vaikka ne ovatkin vaikutuksiltaan yleensä myönteisiä, niitä voidaan käyttää myös syrjinnän välineinä. Jos yksilö tai yhteisö ei täytä odotettuja kriteerejä, siltä voidaan viedä esimerkiksi oikeuksia tai se voidaan sulkea ryhmän ulkopuolelle. Yksi hirvittävimmistä sosiaalisen syrjinnän esimerkeistä on

---

<sup>281</sup> von Scheve & von Luede 2005, 306.

<sup>282</sup> von Scheve & von Luede 2005, 304.

<sup>283</sup> von Scheve & von Luede 2005, 308.

<sup>284</sup> von Scheve & von Luede 2005, 308–309.

<sup>285</sup> von Scheve & von Luede 2005, 308.

holokausti, jossa miljoonia juutalaisia<sup>286</sup>, mutta myös lukuisia muihin etnisiin ryhmiin kuuluvia, vammaisia ja seksuaalivähemmistöön kuuluvia ihmisiä tapettiin keskitysleireillä Toisen maailmansodan aikana.

Historiankirjoituksessa sankarit ja roistot määritellään sosiaalisen säännöstön pohjalta. Näin ollen se, keitä kiitetään sankareina ja tuomitaan roistoiksi, vaihtelee yhteiskunnasta toiseen. Arvostukset ja identiteettirollit ylipäättään vaikuttavat vuorovaikutustapojen kautta merkittävästi tunteisiin. Sosiaalipsykologi David R. Heise väittää, että tiettyihin rooli-identiteetteihin kuuluu niille karaktäärisiä eli tunnusomaisia tuntemuksia (engl. *characteristic feelings*) ja tunteita, jotka tulevat ilmi sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa ja vahvistuvat niissä. Hänen mukaansa esimerkiksi sankarirollin tunnetiloihin kuuluu onnellisuus, prostituoidun rooliin halukkuus ja pastorin rooliin kiitollisuus. Vuorovaikutukseen kuuluu myös sosiaalisesti rakenteellisia tunteita (engl. *structural emotion*), jotka ilmenevät tilanteissa, joissa kaksi ihmistä toteuttaa vastavuoroisesti jotakin rooli-identiteettiä. Tällaisessa kohtaamisessa he vahvistavat toinen toisensa identiteettejä. Rakenteelliset tunteet erilaisissa suhteissa ja roolitilanteissa vaikuttavat karaktäärisiin tunteisiin. Esimerkiksi kun pastori tapaa ihmisen, jota hän pitää syntisenä, hän ei tunnu pastorille karaktääristä kiitollisuuden tunnetta, vaan närkästystä. Henkilökohtaisessa Jumalasuhteessaan pastori tuntee sen sijaan kunnioitusta ja tyydytystä.<sup>287</sup>

Nämä esimerkit kuvastavat hyvin tunteiden osuutta sosiaalisen säännöstön ja odotusten mukaisten rooli-identiteettien ylläpidossa, mutta ne eivät mielestäni ota huomioon empaattisia reaktioita. Kuten olen tuonut esille tutkielmassani, kyky empatiaan mahdollistaa meille esimerkiksi toisen kärsimyksen ymmärtämisen ja kokemisen. Aivotutkimukset viittaavat siihen, että empaattiset reaktiot ovat yleensä, ainakin tietyissä määrin, automaattisia mieleltään terveillä yksilöillä.<sup>288</sup> Tämän perusteella väitänkin, että mieleltään vakaa pastori tuntee lähes kenen tahansa ihmisen tapaan kärsivän ihmisen kohdatessaan emotionaalista kipua ja myötätuntoa, vaikka pastori pitäisikin tätä syntisenä ja pastorilta voidaan odottaa närkästystä syntiä kohtaan. Jos syntisenä pidetty ihminen ei osoita katumusta, niin silloin pastorin tunnetila saattaa perustua yksinomaisemmin närkästykseen tai tilaan, jota esimerkiksi kristillinen yhteisö voi kutsua ”pyhäksi vihaksi”.

<sup>286</sup> Fuchs 2017.

<sup>287</sup> Heise 2007, 59.

<sup>288</sup> Vaikka empaattisia reaktioita pidetäänkin normaalisti automaattisina, empatiataitoja voi kehittää ja vahvistaa. Tällöin empatian rinnalla kilpailevat impulssit ja muut mentaaliset prosessit eivät niin herkästi heikennä empaattisten reaktioiden vaikutusta. Katso luku 4.4.

Sosiologit Kimberly B. Rogers, Tobias Schröder ja Christian von Scheve väittävät, että institutionaaliset säännöt ovat rakentuneet mieliimme jaettujen rooli-identiteettien ja niihin liittyvien merkitysten kautta. Rooli-identiteetit ja niitä kuvaavat sanat liittyvät myös yhteen. Näin ollen heidän mielestään yhteiskunta muovaa tunnetiloja esimerkiksi jaettujen kielellisten kategorioiden avulla. Sanat vaikuttavat siihen, mitä ihmiset pitävät oikeana käytöksenä ja tunteena erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa.<sup>289</sup>

Esimerkiksi jos joku identifioi itsensä sanalla ”äiti” ja hän on vuorovaikutussuhteessa toisen kanssa, joka on ”lapsi”, niin hän on omaksunut tietynlaisen kulttuurissa (tai jossakin muussa sosiaalisessa yksikössä, kuten uskonnollisessa yhteisössä) vallitsevan käsityksen äitiydestä<sup>290</sup>. Käsite äiti on Rogersin, Schröderin and von Scheven mukaan normaalisti yhdistetty voimakkaisiin, positiivisiin ja aktiivisiin tunteisiin, jotka luovat odotuksia sille, miten äiti toimii erilaisissa tilanteissa. Äiti pitää yleensä tiettyjä normatiivisia tekoja ja tunteita hyväksyttävänä ja hyvinä, kun taas toisia tekoja ja tunteita hän voi pitää ei-hyväksyttävänä ja pahoina.<sup>291</sup> Heisen mukaan yksilöt, jotka sisäistävät täydellisesti rooli-identiteettinsä sosiaalisissa tilanteissa, kokevat siihen kuuluvia karakteristisiä tunteita.<sup>292</sup>

Useimmissa kulttuureissa äitien odotetaan kannustavaan lastaan pikemminkin kuin nöyryyttävän tätä. Näin ollen äiti joka on omaksunut äidin rooli-identiteetin täydellisesti kannustaa lastaan ja tuntee todennäköisesti myönteisiä tunteita, kuten optimismia, tyydytystä tai ylpeyttä. Jos hän ei kuitenkaan aina kykene täyttämään kulttuurisia äitiyden normeja, hän saattaa sen seurauksena kokea tunteita, kuten kauhua ja vihaa. Tämän affektiivisen kontrolliteorian (engl. *affect control theory*) mukaan äidin tunteet heijastavat hänen ajatustaan siitä, millainen hänen tulisi olla, siihen millainen hän todella on tietyissä sosiaalisissa tilanteissa. Täten affektiivinen kontrolliteoria pitää tunteiden sidosta kulttuuriin ja sosiaalisiin odotuksiin merkittävänä.<sup>293</sup>

Odotetun rooli-identiteetin omaksumisessa voi olla eroja. Joillekuille voi olla luontevampaa kokea ja ilmentää heiltä odotettuja tunteita. Etenkin ne, jotka eivät koe täyttävänsä sosiaalisen yksikkönsä normatiivisia rooliodotuksia, saattavat kokea alemmuudentunteita tai muita negatiivisia tunnetiloja. He voivat

<sup>289</sup> Rogers, Schröder & von Scheve 2019, 3, 7–8.

<sup>290</sup> Rogers, Schröder & von Scheve 2019, 3, 7–8.

<sup>291</sup> Rogers, Schröder & von Scheve 2019, 7–8.

<sup>292</sup> Heise 2007, 59.

<sup>293</sup> Rogers, Schröder & von Scheve 2019, 7–8. (Termin suomennos on minun.)

myös pitää odotuksia vaativina. Esimerkiksi joissakin kristillisissä yhteisöissä, kuten vanhoillislestadiolaisilla ja katolisilla äidin rooli voi olla erityisen korostunut. Naiseuden ja äitiyden käsitteet sisältävät kyseisissä yhteisöissä elementtejä, jotka eivät ole välttämättä yhteiskunnassa jaettuja yleisesti. Vanhoillislestadiolaisen ja katolisen naisen tulee nähdä jokainen potentiaalinen lapsi Jumalan lahjana ja toivottaa hänet tervetulleeksi perheeseen. Tämä tarkoittaa sitä, että abortti ja ehkäisy eivät ole yleensä vaihtoehtoja. Monissa muissakin kristillisissä yhteisöissä aborttia saatetaan pitää syntinä, mutta asenne ehkäisyyn on usein hyväksyvämpi. Suomalaisessa yhteiskunnassa sekä ehkäisy että abortti ovat sallittuja ja niitä pidetään naisen oikeuksina. Tämä esimerkki kuvastaa sitä, että sosiaalisesti hyväksytyjen tekojen ja tunteiden kirjo voi olla erilainen saman yhteiskunnan jäsenille sen mukaan kuuluuko ihminen yhteiskunnan sisällä toimivaan uskonnolliseen yhteisöön vai ei.

Teologi Aila Ruoho ja entinen lestadiolainen Vuokko Ilola ovat tutkineet naisten ja äitien kokemuksia lestadiolaisissa yhteisöissä. Normaalisti äidit toivovat lapsia ja iloitsevat heidän syntymästään, mutta niissä uskonnollisissa perheissä, joissa on paljon lapsia, äidit saattavat tuntea toisin. Monet tutkimukseen osallistuneet naiset raportoivat kokevansa pelkoa. Ilman uskonnollista kasvatusta ja uskoa, monikaan naisista ei valitsisi niin suurta perhettä kuin yhteisössä on tapana. Monet naisista kokevat uupumusta ja surua. Kyvyttömyys tuntea emotionaalista tyydytystä, kyvyttömyys antaa tarpeeksi huomiota jokaiselle lapselle ja kyvyttömyys seurata uskonnollisia ideaaleja voi lisätä negatiivisten tunteiden taakkaa ja syyllisyyttä.<sup>294</sup>

Uskonnollisissa yhteisöissä äidin rooli voi määrittyä suhteessa aviomieheen ja Jumalaan. Sitä, mikä on toivottavaa naiselle, vaimolle ja äidille ylläpidetään sosiaalisen säännöstön ja sosiaalisen hierarkian avulla erilaisissa sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa. Vastaavalla tavalla miehen, aviomiehen ja isän rooliin vaikuttaa sosiaalinen normisto ja uskonnolliset odotukset. Nämä roolit ovat vain esimerkkitapauksia niiden lukemattomien rooli-identiteettien joukossa, joihin kohdistuu erilaisia odotuksia. Jokaiseen ihmiseen kohdistuu useita rooliodotuksia ja ne vaihtelevat erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa. Jotkin niistä tarjoavat enemmän vapautta, kun taas toiset ovat rajoittavampia. Kun tietyt tunteet ovat sosiaalisissa yhteisöissä sallitumpia kuin toiset, ihmiset säätelevät tunteitaan sopeutuakseen ja säilyttääkseen paikkansa ryhmässä. Joskus ne, jotka eivät

---

<sup>294</sup> Ruoho & Ilola 2014, 197–198, 274–278.



sopeudu normatiivisiin rooleihin, voidaan karkottaa ryhmästä tai heihin voi kohdistua emotionaalista tai fyysistä väkivaltaa.<sup>295</sup>

Sosiologi Theodore Kemper on korostanut statusta ja valtaa voimina, jotka vaikuttavat sosiaalisiin suhteisiin ja tunteisiin. Nämä kaksi ovat hänen mielestään nykyaikaiset versiot rakkaudesta ja taistelusta, joita filosofi Empedokles (n.494–n.434 EKr.) piti sinä dikotomisena parina, joka tuottaa muutosta luonnossa.<sup>296</sup>

Seuraavaksi tarkastelen, mitä vaikutuksia voi olla sillä, että valta, empatian puute ja negatiiviset tunteet, kuten viha ja inho, yhdistyvät.

## 4. Empatia, jaetut tunnetilat ja etiikka

Vaikka empatiaa pidetään yleisesti ilmiönä, joka tukee interpersoonallisia suhteita ja sosiaalista vuorovaikutusta, on totta, että monissa tilanteissa ihmiset eivät ulota empatiakyvyn mahdollistamia myötätuntoisia ja inhimillisiä toimintatapoja kuin valikoituihin kohteisiin. Tässä luvussa tarkastelen syrjinnän mekanismeja ja empatian puutetta. Kuten tutkielmastani on käynyt esille, empatia-käsitettä käytetään eri tutkijoiden toimesta toisistaan poikkeavilla tavoilla. Tässä pääluvussa käytetyssä kirjallisuudessa empatialla tarkoitetaan pääsääntöisesti paitsi empatiaa toisen mielentilojen ymmärtämiseen tarvittavana kykynä, myös vähintään jonkin asteisena välittämisenä ja toisen mielentilojen arvostamisena. Tekstissä viitataan myös empatian osoittamiseen, joka on mielestäni lähellä myötätunnon käsitettä. Myötätuntoon sisältyy aktiivinen toiminta toisen hyväksi.

Filosofi ja psykiatri Thomas Fuchsin mukaan ihmiset osoittavat empatiaa ja vielä enemmän sympatiaa oman sisäpiirinsä jäsenille, mutta empaattiset tunteet vieraita ihmisiä tai ulkopuolisiksi määriteltyjä kohtaan voivat olla vähäisiä tai joissain tilanteissa ne voivat korvautua jopa välinpitämättömyydellä, vihalla ja inholla<sup>297</sup>.

---

<sup>295</sup> Vaikka normatiiviset roolit voivat liittyä väkivaltaan ja muiden alistamiseen, on myös mahdollista, että normatiivisten rakenteiden tuhoamista käytetään alistamisen välineenä. Esimerkiksi historioitsija Timothy Snyder kuvailee teoksessaan *Black Earth* (2015) kuinka natsit systemaattisesti tuhosivat institutionaalisia ja normatiivisia rakenteita valloittamillaan alueilla, jotta he voisivat perustaa valtakäytännön, joka perustui ajatukseen biologian ensisijaisuudesta politiikkaan nähden. Näin ollen ylivoimaisimmaksi käsitetyn rodun selviäminen asetettiin politiikan päätavoitteeksi. (s.38–41.) Hitler piti juutalaisia ”henkisenä ruttotautina”, joka levitti vääränlaista ideologiaa ja olisi tuhoava, jotta luonnonjärjestys voisi toteutua. Hitler väitti, että voimakkaiden voitto ja heikkojen tappio oli ”Jumalan säätämä laki” (engl. “the justice of the Lord”). (s. 8,16,21.)

<sup>296</sup> Kemper 1981, 3.

<sup>297</sup> Fuchs 2017.

Kim selittää, että ihmisille on tyypillistä jaotella havaitsemansa ilmiöt ja asiat helposti käsitettävissä oleviin yksiköihin<sup>298</sup>. Me jaottelemme asioita ryhmiin ja luomme kategorisia käsitteitä, kuten, nainen, äiti, mies, juutalainen, kukka, kala, kivi ja niin edelleen. Me myös kuvaamme niitä ominaisuuksilla, kuten liila, pitkä, kaunis ja aikuinen.<sup>299</sup> Tämänkaltaiset luokittelut ulottuvat myös esimerkiksi tunteisiimme, kehomme osiin sekä muihin ihmisiin ja olentoihin. Me pyrimme yleensä tunnistamaan, ketkä muistuttavat meitä eniten ja ketkä ovat erilaisia.

Kim selittää, että me teemme lähes vaistomaisesti erottelun sen kohdalla, onko jokin elävä vai ei. Jos jokin on kuollut, niin tiedämme silti, että se on jokin, joka on ollut elollinen eikä se ole samankaltainen kuin vaikkapa patsas tai tuoli. Näin ollen yksi peruserotteluistamme on, onko jokin sellainen, että sillä on mieli, vai onko kyseessä asia, jolla ei ole mieltä. Kimin mukaan asenteemme niitä olentoja kohtaan, joilla on tietoisuus ja jotka voivat kokea sensaatioita, kuten mielihyvää ja kipua, on oleellisesti erilainen kuin asenteemme tiedostamattomia kasveja tai niitä asioita kohtaan, joita pidämme pelkkänä materiana. Asenne-ero ilmenee hänen mielestään hyvin esimerkiksi suhtautumisessa eläinkokeisiin ja vegetaarisessa ruokavaliossa.<sup>300</sup>

Täten me pidämme yleensä niitä asioita, joilla on mieli ja tunteet arvokkaampina kuin niitä, joilta ne puuttuvat. Meillä on yleensä myös vahvempi moraalinen velvollisuudentunne tiedostavia olentoja kuin esineitä kohtaan. Väitän, että pelastamme todennäköisesti palavasta autosta koiramme ennemmin kuin palavan auton ja toisen ihmisen ennemmin kuin koiran, jos meidän on pakko valita näistä vaihtoehdoista.

Ihmiset eläytyvät toistensa tunteisiin ja kokevat luonnostaan empatiaa toisiaan kohtaan. Silti on mahdollista, että esimerkiksi erilaisten esineellistävien prosessien kautta ihmiset kykenevät ja haluavat nöyryyttää muita, käyttävät toisiaan kohtaan väkivaltaa ja tappavat toisiaan jopa lähikontaktissa. Kun jonkin ryhmän jäsenet epäinhimillistetään, heitä pidetään alempiarvoisina, “ali-ihmisinä”. Heitä kutsutaan myös sanoilla, joita käytetään yleensä olennoista, joiden ajatellaan olevan vähemmän tiedostavia ja inhottavia. Alempiarvoisista ihmisistä voidaan käyttää esimerkiksi nimityksiä torakka, loinen tai rotta.<sup>301</sup>

---

<sup>298</sup> Kim 2011, 1.

<sup>299</sup> Kim 2011, 1.

<sup>300</sup> Kim 2011, 1.

<sup>301</sup> Fuchs 2017; Grossman 2009.

## 4.1 Empatian rajallisuudesta

Tutkimusten mukaan ihmiset pidättäytyvät normaalisti empaattisen huolehtivaisuuden vuoksi teoista, jotka vahingoittavat muita ja aiheuttavat kohteessa stressireaktion<sup>302</sup>. Yleisesti ihmiset ovatkin haluttomia aiheuttamaan muille haittaa.<sup>303</sup> Emme siis normaalisti halua itse vahingoittaa muita emmekä nauti toisten vahingoittamisen todistamisesta. Jo toisen vahingoittamisen ajattelukin aiheuttaa tutkitusti stressiä. Sekin, että kuvittelemme todistavamme jotakin haitallista tekoa jonkun toisen toteuttamana johtaa stressireaktioon, vaikka ei yhtä suureen kuin silloin, kun ajattelemme olevamme itse vahingoittamassa toista.<sup>304</sup> Normaalista poikkeavat antisosiaalisesti käyttäytyvät psykopaatit eivät sen sijaan osoita kykyä empaattisuuteen, syyllisyyteen tai katumukseen eivätkä he pidättäydy muiden vahingoittamisesta.<sup>305</sup>

Tutkimustieto viittaa siihen, että idea vahingoittamisesta lähikontaktissa aiheuttaa normaalihenkilöillä suurempaa vastustusta kuin kaukana olevien vahingoittaminen jollain epäsuoralla tavalla<sup>306</sup>. Vahingoittamisesta pidättäytyminen ei rajoitu vain ystäviin ja sukulaisiin. Myös etulinjassa taistelevat sotilaat, jotka ovat motivoituneita tappamaan, ampuvat usein tarkoituksella ohi, kun kohde on tarpeeksi lähellä<sup>307</sup>. Tämä voi selittyä sillä, että vaikka väkivallan ja hirmutekojen aikana empatia saattaa vaikuttaa olevan kokonaan kadoksissa, normaalisti yksilön empatiataipumusta ei voida aivan kokonaan tukahduttaa. Toinen selitys voi olla se, että kivuliaan stimuluksen odottaminen tapahtuvaksi itselle tai pelkästään kivun todistaminen toisen kokemuksessa voi aktivoida aivojen pihtipoimussa sijaitsevat kipualueet<sup>308</sup>. Yleensähan ihmiset välttävät kipua.

Tietynlaisia tekoja pidetään yleisesti vastenmielisinä ja vältettävinä. Eräässä moraalipsykologian tutkimuksessa, tutkijat Fiery Cushman, Kurt Gray, Allison Gaffey ja Wendy Berry Mendes pyysivät osallistujia suorittamaan viisi väkivaltaista tekoa seuraavassa järjestyksessä: 1) lyömään uhria sääreen vasaralla (testitilanteessa uhria näyttelevällä oli muovinen tekojalka), 2) lyömään uhrin kättä kivellä (oikea käsi oli piilotettuna ja sen tilalle oli hihan sisälle asetettu

---

<sup>302</sup> Kalat 2016, 460–461; Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 2–3; Grossman 2009, 23.

<sup>303</sup> Blair 1995, 1–2.

<sup>304</sup> Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 5.

<sup>305</sup> Blair 1995, 1–2.

<sup>306</sup> Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 5.

<sup>307</sup> Grossman 2009.

<sup>308</sup> Huchington, Davis, Lozano et al. 2009; Fuchs 2017.

muovinen tekokäsi), 3) osoittamaan käsipyssyllä kohti uhrin kasvoja (ase oli oikeaa asetta muistuttava kopio), 4) viiltämään uhrin kurkkua veitsellä (käytössä oli muovinen tekoveitsi) ja 5) iskemään vauvan pöytää vasten (ihmisvauvan tilalla oli oikeannäköinen nukke). Testitilanteessa uhri vältti katsekontaktia paitsi väkivallanteon aikana, eivätkä uhri ja väkivallantekijä puhuneet keskenään. Uhri vaikeroi hieman jokaisen teon aikana, mutta ei ilmaissut suuremmin tuskaansa.<sup>309</sup> Tutkimustulos osoitti, että ihmiset eivät voi olla kokematta stressiä suorittaessaan väkivaltaisiksi mieltämiään tekoja ja kuvitellessaan aiheuttavansa vahinkoa<sup>310</sup>.

Tutkimus viittaa vahvasti siihen, että tietyt teot ja tekeminen sinänsä aiheuttavat automaattisen reaktion, vaikka ihminen tietäisi, että teko ei tuota oikeasti vahinkoa. Tämän seurauksena Cushman, Gray et al. ehdottavat, että sekä kognitiivisilla uskomuksilla teon vaikutuksista että fyysisellä toiminnalla sinänsä on merkitystä. Sotatilanteissa ja hypoteettisissa moraaliarviontilanteissa ihmiset vastustavat suoria vahingontekoja, vaikka he tietäisivät, että niillä voidaan pelastaa monien henki. Cushman, Gray et al. väittävätkin tutkimuksensa osoittavan, että tietämys teon seurauksista ja tekoihin liittyvät automaattiset tunnereaktiot voivat olla ristiriidassa keskenään.<sup>311</sup>

Cushman, Gray et al.:n teoria tuo esille myös sen synkän seikan, että ilman tekoihin normaalisti sisältyviä motorisia liikkeitä ja aistihavaintoja vahingon tuottaminen ei välttämättä synnytä meissä vastustusta. Pommin laukaiseminen nappia painamalla tai kidutustuomiopäätöksen allekirjoittaminen aiheuttavat aitoja ja vahingollisia seurauksia muille ihmisille, mutta tekoina niistä puuttuu oleellinen elementti, joka saisi teon tekijän assosioimaan oman tekonsa uhrien kärsimykseen.<sup>312</sup> Samansuuntainen moraalitutkimuksen tulos on se, että ihmiset pitävät moraalisesti pahempina vahingonaiheuttamista fyysisessä kontaktissa kuin etäältä ilman fyysistä kontaktia<sup>313</sup>. Vahingoittamista pidetään myös yleensä pahempina kuin vahingonteon sallimista<sup>314</sup>. Toisin sanoen pahan tekemistä pidetään moraalisesti tuomittavampana kuin sitä, että pahan tapahtumista ei estetä.

Psykologiset tutkimukset osoittavat, että vahingoittamisen välttämiseen liittyvä reaktio voi syntyä pelkästään motorisista liikkeistä ja havaintoaistimuksista. Reaktio ei siis välttämättä vaadi käsitystä teon

---

<sup>309</sup> Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 4.

<sup>310</sup> Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 6.

<sup>311</sup> Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 6.

<sup>312</sup> Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 6.

<sup>313</sup> Cushman, Young & Hauser 2006; Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 6.

<sup>314</sup> Cushman, Young & Hauser 2006.

haitallisuudesta. Neurokäyttäytymistutkija James Blairin mukaan vahingollisiin tekoihin liittyvät liikkeet ja aistimukset sinänsä voivat muodostua vastenmielisiksi. Tässä teoriassa empatia on merkittävässä roolissa kielteisen reaktion muodostumisessa. Kun esimerkiksi itkemisen ääni, joka liittyy mielikuvissa kärsimykseen, on toistuvasti yhdistetty tiettyyn käyttäytymiseen, kuten tönimiseen tai lyömiseen, kyseisiä tekoja kohtaan syntyy kielteinen ehdollistuma. Ehdollistunut reaktio voi myöhemmin syntyä, kun sitä vastaavat ehdot täyttyvät, vaikka tilanteessa ei todellisuudessa aiheutettaisi haittaa.<sup>315</sup> Ehdollistunut henkilö voisi siis ehkä kokea stressireaktion esimerkiksi kuullessaan negatiivisiin muistoihin assosioituvia ääniä tai vaikkapa todistaessaan nuorten leikkimielistä painimista, jossa fyysinen kontakti on rajua.

Kuten yllä olevista tutkimuksista käy ilmi, tunnekokemus vaikuttaa usein siihen, miten tekoihin suhtaudutaan. Kalat vahvistaa, että tehdessämme tärkeitä päätöksiä yritämme miettiä, miltä lopputulos tuntuu.<sup>316</sup> Tämä tulee ilmi myös psykologisessa tutkimuksessa, joka tehtiin moraalifilosofoille tuttuun eettisten ongelmien pohjalta. Kuvitteellisessa ongelmatilanteessa raitiovaunuun tulee vika. Raitiovaunun edessä on viisi ihmistä, jotka uhkaavat jäädä vaunun alle ja kuolla. Raitiovaunu on mahdollista ohjata vipua kääntämällä sivuraiteelle, jossa on vain yksi ihminen. Kun ihmisiltä kysyttiin, onko sallittua ohjata vaunu sivuraiteelle, suurin osa vastasi kyllä. Toisessa vastaavassa ongelmatilanteessa kuvitellaan, että seisot suurikokoisen henkilön vieressä sillalla raitiovaunuraiteiden yläpuolella. Kuten edellisessäkin tarinassa, epäkunnossa oleva raitiovaunu uhkaa ajautua viiden ihmisen päälle. Tulisiko sinun työntää suurikokoinen henkilö raiteille, jotta hänen kehonsa paino pysäyttäisi raitiovaunun? Suurin osa ihmisistä vastaa ei.<sup>317</sup>

Nämä ongelmatilanteet ovat askarruttaneet moraalifilosoфеja. Mikä tekee moraalisesti hyväksyttäväksi tappaa yksi ihminen viiden sijasta ensimmäisessä esimerkissä, mutta ei toisessa? Kysymykseen on vastattu lukuisilla tavoilla. Kantalaisittain voitaisiin ehdottaa, että tilanteiden ero selittyy sillä, että sillalta alas työnnettävää ihmistä käytetään välineenä jonkin itsenäisen päämäärän saavuttamiseksi, kun taas vipuesimerkissä huono-onninen henkilö vain sattuu seisomaan raiteella.<sup>318</sup>

---

<sup>315</sup> Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 2–3.

<sup>316</sup> Kalat 2016, 362.

<sup>317</sup> Greene, Sommerville, Nystrom, Darley & Cohen 2001; Kalat 2016, 362–363.

<sup>318</sup> Greene, Sommerville, Nystrom, Darley & Cohen 2001.

Greene, Sommerville et al. esittävät psykologisesta näkökulmasta, että oleellinen ero tilanteiden välillä on siinä, mitä ne saavat meidät tuntemaan. Aivokuvantamismenetelmillä on havaittu, että jälkimmäinen esimerkkitalanne aktivoi enemmän tunteisiin liittyviä alueita verrattuna ensimmäiseen esimerkkitalanteeseen. Tämä on yksi niistä löydöksistä, joiden perusteella he pitävät selvänä, että emotionaalinen reaktio on oleellinen selitys tapausten välillä. Molemmissa tilanteissa on mahdollista pelastaa viisi ihmistä tappamalla yksi ihminen. Näin ollen, vaikka väite on loogisesti totta, päätös tuntuu erilaiselta.<sup>319</sup> Syy siihen, miksi toisen henkilön työntäminen raiteille aktivoi enemmän aivoalueita kuin vivun kääntäminen, saattaa selittyä intuitiivisella erottelulla. Voidaan ajatella, että läheisessä kohtaamisessa toiseen kohdistettu loukkaava teko kohdistuu persoonaan, kun taas etäältä toteutettava teko vaikuttaa vähemmän henkilökohtaiselta.<sup>320</sup>

Minustakin esimerkkitalanteissa on intymiteettiero, joka on helppo havaita. Jos olisi työnnettävä henkilö alas sillalta, häntä olisi koskettava. Vivusta vetäminen tai vaikkapa napin painaminen eivät vaatisi läheistä persoonallista kontaktia. Näissä tilanteissa tekojen vastustaminen koskee niiden lopputulosta, sillä teot sinällään eivät ole vahingollisia<sup>321</sup>. Vivun kääntäminen tai toisen työntäminen itsessään eivät ole pahoja asioita. Kääntämisestä ja työntämisestä tulee pahoja vain, jos ajatellaan, että niistä seuraa jotakin, mitä pidämme pahana.

Greene, Sommerville et al. korostavat, että tutkimus on deskriptiivinen eivätkä he väitä osoittavansa mitään tekoa tai päätöstä moraalisesti oikeaksi tai vääräksi. Esimerkkitalanteet vain osoittavat, että kuoleman aiheuttaminen työntämällä sillalta aiheuttaa todennäköisesti enemmän emotioita kuin vivun kääntäminen. Emotionaaliset reaktiot selittävät ihmisten taipumuksen kohdella kyseisiä ongelmatilanteita eri tavalla ja tehdä moraalisia ratkaisuja.<sup>322</sup>

Seuraavaksi tarkastelen tilanteita, joissa ihmiset kohdistavat muihin ihmisiin yleisesti moraalittomina pidettyjä tekoja ja menevät normaalin käytöksen ja empaattisen toiminnan rajan yli.

---

<sup>319</sup> Greene, Sommerville, Nystrom, Darley & Cohen 2001.

<sup>320</sup> Greene, Sommerville, Nystrom, Darley & Cohen 2001.

<sup>321</sup> Cushman, Gray, Gaffey & Mendes 2011, 2–3.

<sup>322</sup> Greene, Sommerville, Nystrom, Darley & Cohen 2001.

## 4.2 Empatia, kunnioitus ja eriarvoinen kohtelu

Fuchs suhtautuu skeptisesti siihen, että empatia voisi estää ihmisiä vahingoittamasta toisiaan. Hänen mukaansa empatiakyky ei takaa empaattisen toiminnan ulottamista kaikkiin ihmisiin. Empatian ulottaminen oman ryhmän ulkopuolelle vaatii empatiakyvyn lisäksi toisen ihmisen identifioimista itsen kanssa tasaveroiseksi, joka sosiaalisten käytäntöjen filosofiassa ymmärretään normaalisti vastavuoroiseksi kunnioitukseksi.<sup>323</sup>

Fuchsin mukaan empatia liittyy kunnioitukseen ja ryhmäidentiteettiin, jotka puolestaan kytkeytyvät eriarvoisen kohtelun mekanismeihin. Jotta voidaan ymmärtää Fuchsin näkökulmia, on oleellista tarkastella, miten hän määrittelee empatian ja kunnioituksen. Fuchsille empatia tarkoittaa ihmisen monimutkaista kykyä ymmärtää, jakaa ja vastata toisen ihmisen tunteisiin ja intentioihin. Hän jakaa empatian primaari empatiaan (engl. *primary empathy*) ja laajennettuun empatiaan (engl. *extended empathy*). Primaari empatia perustuu ennen kaikkea välittömään keholliseen havainnointiin ja kasvoista kasvoihin kohtaamiseen, jossa on mahdollista tarkastella omassa kehossa tapahtuvia ilmiöitä ja tunteita, jotka syntyvät toisen läsnä ollessa. Laajennettu empatia sisältää kognitiivisia mekanismeja, kuten toisen näkökulman analysointia. Se edellyttää kognitiivista kapasiteettia, kuten psykologista tietämystä, kommunikointia, mielikuvituksen käyttöä ja päättelyä, jotta ihminen voisi ”astua toisen saappaisiin” eli asettua toisen asemaan. Laajennettu empatia voi tapahtua joko välittömässä intersoonallisessa kohtaamisessa, kuvittelemalla muita ihmisiä tai kommunikoitaessa virtuaalisesti toisten kanssa.<sup>324</sup>

Primaari empatia kehittyy ennen laajennettua empatiaa jo ensimmäisen ikävuoden aikana. Näin ollen jo paljon aikaisemmin kuin kyky puhua tai käsitte toisista mielistä on kehittynyt, kehollinen vuorovaikutus rakentaa siltaa emotionaaliselle ymmärtämiselle. Primaarisen empatian spontaani kyky reagoida toisiin ihmisiin säilyy kehossamme koko elämämme ajan ja tulee ilmi sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa. Useat tutkimukset osoittavat, että jo kaksivuotiaat lapset

<sup>323</sup> Fuchs 2017. Jo Aristoteleella (1926) esiintyy hieman samanlainen idea empatiatyyppisen reaktion (sympatian) rajallisuudesta. Hän uskoi, että ihminen tuntee sääliä etenkin, kun kärsimyksen kohde on samankaltainen. Hänen mukaansa ihmiset tuntevat sääliä niitä kohtaan, jotka muistuttavat heitä iän, luonteen, tapojen, omaisuuden tai perheen perusteella. (s.229.)

<sup>324</sup> Fuchs 2017. Fuchs käyttää kielikuvaa ”toisen saappaisiin astumisesta” tässä mielestäni eri merkityksessä kuin Zahavi (s.64). Zahaville ”saappaisiin astuminen” merkitsee oman tunteen sekoittamista toisen tunteisiin. Fuchs viittaa kielikuvalla yksinkertaisesti toisen näkökulman ymmärtämiseen perspektiivinoton kautta, muttei ota sen tarkemmin kantaa, mitä empatiaa kokevassa yksilössä tapahtuu tai miten se eroaa emotionaalisesta tartunnasta.

osoittavat auttavaisuutta ja valmiutta yhteistyöhön jopa vieraiden ihmisten kohdalla. Oletettavasti ihmisillä onkin normaalisti taipumus altruismiin ja yhteistyöhön. Ihmisten kyky pitää kaikkia ihmisiä samanvertaisina ja osoittaa empatiaa kaikkia lajiinsa kuuluvia yksilöitä kohtaan vaikuttaa kuitenkin vähenevän myöhempinä ikävuosina.<sup>325</sup>

On esitetty, että tämä voisi olla seurausta siitä, että lapset altistuvat vähitellen toisten ihmisarvoa loukkaaville sosiaalisille käytännöille ja ideologioille, joissa suhtaudutaan stereotyyppisesti esimerkiksi sukupuoleen, rotuun tai uskontoon. Fuchsin mukaan laajentuneen empatian väheneminen voi kuitenkin olla osa normaalia prosessia, kun oman ryhmäidentiteetin merkitys ja konformismi eli mukautuvaisuus kehittyvät ennen kouluikää.<sup>326</sup> Näin ollen vaikuttaisi olevan niin, että ihmiset osoittavat laajentunutta empatiaa vain harvoja kohtaan. Fuchs väittää, että empatia ja kaikkiin kohdistuva kunnioitus (engl. *recognition*) ovat pikemminkin poikkeus kuin sääntö<sup>327</sup>.

Lasten ja aikuisten asenteita ja käytöstä sosiaalisissa tilanteissa on tutkittu paljon. Noin 3–4 vuoden iässä lapset alkavat mukautua ryhmään ja heille muodostuu ennakkoluuloja oman ryhmän ulkopuolisia kohtaan. Ryhmäpaine ja kamppailu statuksesta vahvistavat ryhmäidentiteettiä ja lapsilla esiintyy ryhmään sopimattomaksi arvioitujen sosiaalista eristämistä. 5-vuotiaat, jotka todistavat muiden ulkopuolelle sulkemista lisäävät muiden ryhmään kuuluvien imitoimista. Kouluikään tultaessa lasten lojaliteetti, sympatia ja auttamiskäyttäytyminen kohdistuvat heidän oman sisäryhmänsä jäseniin. Sisäryhmä muodostuu esimerkiksi saman etnisen ryhmän, kielen tai muiden yhteisten toimintojen perusteella. Vaikuttaakin siltä, että ihmisten taipumus tehdä yhteistyötä tai auttaa ja luottaa niihin, jotka käyttäytyvät samalla tavalla kuin he, näyttävät samalta tai kantavat samaa ryhmää kuvaavaa nimeä, ilmenee jo varhain. Täten prososiaalinen käytös ja altruismi kohdistuvat myös aikuisilla enemmän sukulaisiin ja oman ryhmän jäseniin. Tärkeitä vihjeitä sukulaisuudesta voivat olla kasvojen samankaltaiset piirteet ja sama sukunimi. Kulttuuriset tekijät, kuten sama puhekieli tai samanlaisten vaatteiden käyttäminen ovat myös tärkeitä, kuten myös sisäryhmäajattelulle ominaiset itsemääritelmät ja identiteetit, kuten ”Minä olen

---

<sup>325</sup> Fuchs 2017.

<sup>326</sup> Fuchs 2017.

<sup>327</sup> Fuchs 2017.



suomalainen”<sup>328</sup>, “Minä olen valkoinen mies”, tai “Minä olen katolinen”, tai “Minä olen ateisti”.

Sisäryhmäkäsitykset ja sosiaaliset asenteet vaikuttavat primaariseen empatian kapasiteettiin ja vaikeuttavat sen toimintaa, kun kyseessä ovat sisäryhmän ulkopuoliset henkilöt. Fuchs viittaa tutkimuksiin, jotka osoittavat, että mitä ennakkoluuloisempia ihmiset ovat, sitä pienempi todennäköisyys on, että he kykenevät intuitiivisesti havaitsemaan sisäryhmän ulkopuolelle kuuluvien jäsenten tunnetiloja ja reagoimaan niihin sopivalla tavalla. Myös primaariempatiaan kuuluvia eleiden matkimisreaktioita esiintyy merkittävästi vähemmän, jos vastassa ovat jonkin epäsuositun ulkoryhmän jäsenet. Rasistiset ajatusvinoumat vaikuttavat empatian kokemiseen myös, kun toiset kokevat fyysistä kipua.<sup>329</sup> Ihmiset vaikuttavat välittävän vähemmän kivusta, jota kokevat erilaiset ihmiset kuin he itse.

Tunteiden jakaminen on tärkeä edellytys yhteenkuuluvuudelle, sillä tunteita jakaessa syntyy vastavuoroinen ymmärrys yhteisestä emotionaalisesta kokemuksesta. Kun ihmisillä on toistuvia kokemuksia emotionaalisesta jakamisesta joidenkin ihmisten kanssa se vahvistaa identifioitumista heidän ja koko ryhmän kanssa. Näin ollen jaetut tunnetilat ovat merkittävässä roolissa empatian vahvistamisessa.<sup>330</sup> Käsiteltyjen tutkimustulosten perusteella voidaankin päätellä, että jos tavoitteena on vähentää erilaisten ryhmien ja kulttuureiden välisiä jännitteitä ja vahvistaa osapuolten empatiaa, niin tilanteet, joissa ihmiset voivat tavata kasvotusten ja jakaa tunteita keskenään voivat olla hyödyksi.

Fuchsin mukaan empatia ja kunnioitus liittyvät toisiinsa. Kunnioitus perustuu ensisijaisesti kykyyn vaikuttua muista ja identifioitua heihin. Kunnioitus vaatii hänen mielestään sekä primaaria että laajentunutta empatiaa. Se muistuttaa laajentunutta empatiaa sikäli, että siinäkin kyky asettua toisen asemaan on oleellista. Tämän lisäksi kunnioitukseen kuuluu korkeamman tason asenteita ja tunteita, joita Fuchsin mukaan ovat reiluus, arvostus, huoli, huomaavaisuus, kiitollisuus, häpeä ja anteeksianto. Kunnioitus edellyttää toisen ihmisen kognitiivista hyväksymistä itsemme kaltaisena toisena (engl. *an other of myself*). Kehittyneimmässä muodossaan kunnioitus on kykyä ymmärtää, että toisella on hänen oma näkökulmansa sekä toiveensa ja tavoitteensa, joihin minun tulee vastata. Hän myös rajoittaa minun vapauttani ja omaa egosentristä perspektiiviäni.

---

<sup>328</sup> Fuchs 2017.

<sup>329</sup> Fuchs 2017.

<sup>330</sup> Fuchs 2017.

Näin ollen kunnioitus tarkoittaa sen tunnustamista, että toisella ihmisellä on vaatimuksia ja oikeuksia, jotka ovat periaatteessa samanveroiset kuin omani.<sup>331</sup>

Moraaliset ohjeistukset reiluudesta ja tasa-arvosta, kuten esimerkiksi Kultainen sääntö edellyttävät, että tunnustamme lähimmäisille samat oikeudet kuin itsellemme<sup>332</sup>. Kultainen sääntö on oleellinen lähimmäisenrakkauteen kannustava ohje kristillisessä etiikassa. Samankaltainen sääntö löytyy useista kulttuureista ja uskonnoista. Kultaisella säännöllä vaikuttaa kuitenkin olleen varsin rajallinen vaikutus ihmisten toiminnassa, jos tarkastelemme ihmisten toisilleen aiheuttamaa kärsimystä nyt ja historian saatossa.

Minusta vaikuttaa myös siltä, että uskonnollisessa kontekstissa Kultainen sääntö voidaan joskus ohittaa muiden uskonnollisten periaatteiden tai ideoiden nojalla. Uskonnollisissa ryhmissä, lahkoissa tai kulteissa voidaan joskus kutsua sisäryhmään kuulumattomia ihmisiä esimerkiksi pakanoiksi, luopioiksi tai epäpuhtaiksi. Tämä saattaa ilmetä vain uskonnollisena puheena ja jopa osoittaa välittävää huolta vääräuskoisten iankaikkisesta kohtalosta. Silti vastaavan kaltainen asenteellisuus voi aiheuttaa myös välttelyä, ryhmän ulkopuolelle sulkemista tai jopa väkivaltaa. Joissakin uskonnollisissa yhteisöissä tai lahkoissa niitä, jotka eivät noudata uskonnollisen yhteisön oikeina pitämiä periaatteita, voidaan pitää Jumalan vihollisina. Joissakin yhteisöissä voidaan kannustaa yhteisön jäseniä viettämään ensisijaisesti aikaa vain tosiuskovien seurassa<sup>333</sup>.

Joskus uskonnollisesta ryhmästä eronneita tai erotettuja voidaan eristää entisestä uskonyhteisöstä ja yhteisössä yhä jäseninä olevista perheenjäsenistä<sup>334</sup>. Ruohon mukaan asia koskettaa myös lasten elämää. Lapset saattavat esimerkiksi menettää kontaktin toiseen vanhempaansa, jos hän päättää jättää yhteisön tai on erotettu ja yhteisössä yhä mukana oleva vanhempi haluaa aktiivisesti estää eronnutta tai erotettua tapaamasta lasta. Näin voi Ruohon mukaan käydä etenkin silloin, kun vanhempi on arvostellut uskontoa.<sup>335</sup>

Jotkut ihmiset ovat raportoineet, että heidän yhteisöissään esiintyy pelkoa, halveksuntaa ja jopa avointa pilkkaa niitä kohtaan, jotka eivät ole samassa uskossa. Lapset saattavat kohdata asenteita, jotka aiheuttavat heissä pelkoa vääräoppisina pidettyjä, mahdollisesti demonien vaikutuksen alaisena olevia

---

<sup>331</sup> Fuchs 2017.

<sup>332</sup> Fuchs 2017.

<sup>333</sup> Heino, Lahti & Salonen 1995, 13; Ruoho 2015, 44–45.

<sup>334</sup> Heino, Lahti & Salonen 1995, 13; Ruoho 2015, 257. Yhteisöstä eristämistä esiintyy Ruohon mukaan esimerkiksi Jehovan todistajien keskuudessa.

<sup>335</sup> Ruoho 2015, 67.

ihmisiä kohtaan. Käytännössä tämä saattaa aiheuttaa tilanteen, jossa vain oman ryhmän jäseniä pidetään turvallisina.<sup>336</sup>

Uskonnollisissa ryhmissä esiintyy siis joskus ennakkoluuloja muihin uskontoihin kuuluvia ja ei-uskonnollisia ihmisiä kohtaan, mutta myös ne, jotka eivät ole uskonnollisia, saattavat olla ennakkoluuloisia. Uskontoon kuulumattomat saattavat pitää uskovaisia ihmisiä esimerkiksi vähemmän älykkäinä ja välttää näiden seuraa. Ennakkoluuloisuus muulla tapaa ajattelevia ja uskovia kohtaan saattaa estää kasvoista kasvoihin -vuorovaikutuksen, empaattiset kohtaamiset ja syvien interpersoonallisten suhteiden muodostumisen niiden kanssa, jotka eivät kuulu omaan ideologiseen ryhmään.

Joskus ennakkoluulot, eristäminen ja toisten demonisointi voivat aiheuttaa vakavia seurauksia. Fuchs väittää, että 1900-luvun kansanmurhat, kuten juutalaisten, tutsien, bosnialaisten ja armenialaisten joukkotuho jakavat yhden yhteisen piirteen siitäkin huolimatta, että tapausten syyt, laajuus ja olosuhteet eroavat toisistaan. Yhteinen tekijä kaikissa näissä tapauksissa on se, että tietty uskonnollinen tai etninen ryhmä syrjäytettiin ja eristettiin ennen joukkomurhaa muusta yhteiskunnasta. Syrjäyttäminen toteutettiin esimerkiksi radikaalilla jaottelulla ja käsitteellistämällä meidän (engl. *we-group*) ja niiden (engl. *they-group*) välillä sekä esineellistävillä käytännöillä, joissa syrjityn ryhmän jäseniä ei tunnustettu persoonina eikä välttämättä edes ihmisinä. Näiden epäinhimillistävien ja yksilön persoonan kieltävien ideologioiden ja mekanismien kautta oli mahdollista neutraloida tai tukahduttaa sortotoimenpiteisiin osallistuvien luonnolliset empaattiset tunteet syrjittyjä kohtaan.<sup>337</sup>

Tällaisissa tapauksissa uhrien kärsimys ja kuolema voivat näyttäytyä sortajille merkityksettöminä ja väite ”ihminen tappaa kaltaisensa” harhaanjohtavalta, sillä sortajien ajattelussa uhri ei kuulu samaan elollisten olentojen kategoriaan kuin hän itse.<sup>338</sup>

Seuraavaksi tarkastelen yksityiskohtaisemmin eristämiseen ja tappamiseen liittyviä mekanismeja erityisesti empatian näkökulmasta.

---

<sup>336</sup> Ruoho 2013, 129–131; Ruoho 2015, 39.

<sup>337</sup> Fuchs 2017.

<sup>338</sup> Fuchs 2017.

### **4.3 Empatian puute ja tappaminen**

Psykologi, historioitsija ja sotilas Dave Grossman on haastatellut sotien veteraaneja ja tutkii tappamista. Hänen mukaansa on ymmärretty jo kauan, että uhrin fyysinen etäisyys vaikuttaa empatiaan sekä tappamisen vaikeuteen ja tappamisteosta aiheutuvaan traumaan.<sup>339</sup> Ihmiset eivät ole luonnostaan tappajia ja empatia toista ihmistä kohtaan on normaalin psyyken ominaisuus<sup>340</sup>.

Tästä huolimatta on olemassa lukuisia tilanteita, joissa ihmiset valitsevat tappaa. On olemassa esimerkiksi henkilöitä, jotka tappavat, koska he ovat pettyneet intiimeissä ihmissuhteissa ja ovat äärimmäisen mustasukkaisuuden vallassa. Tällaiset tappajat tuntevat uhrinsa erittäin hyvin. Toisessa ääripäässä ovat tapot, jotka toteutuvat systemaattisen ja operoidun tappamisen tuloksena esimerkiksi sotatilanteissa. Jälkimmäisessä tapauksessa uhrit ovat yleensä tappajilleen tuntemattomia ja he voivat olla emotionaalisesti etäisiä. Seuraavaksi tarkastelen systemaattista tappamista erityisesti auktoritäärisesti johdetuissa tilanteissa selvittääkseni, millaisia tekijöitä hyödynnetään ihmisten luonnollisen empatiataipumuksen murtamisessa.

Kautta aikojen ideologioilla, uskonnolla ja sodalla on ollut yhteys toisiinsa. Huolimatta uskontojen lukuisista rauhaa ja rakkautta käsittelevistä opetuksista, uskonnolliset johtajat ovat usein omalta osaltaan myötävaikuttaneet tappamiseen esimerkiksi rohkaistessaan sotilaita. Uskontokunnasta riippumatta, suuri osa uskonnollisista yhteisöistä perustuu hierarkioihin, jotka mahdollistavat emotionaalisen manipulaation niin hyvässä kuin pahassa. Nykymaailmassa ajankohtainen esimerkki uskonnollisesti motivoituneista tapoista ovat muslimien itsemurhapommitukset. Yksittäisen uskonnon piirissä esiintyvää väkivaltaa tarkasteltaessa on kuitenkin mielestäni tärkeää huomata, että mahdollisuudet manipulaatioon ja väkivaltaan sen eri muodoissa esiintyvät kaikissa uskonnollisissa ja ei-uskonnollisissa yhteisöissä, joissa on hierarkioita ja joissa valtaa saatetaan käyttää väärin. Empatian puute ja toisen epäinhimillinen kohtelu uhkaavat myös jokaista meistä henkilökohtaisesti. Voidaksemme kohdella itseämme, toisiamme ja koko ekosysteemiä arvostavasti ja kunnioituksella, meidän on harjoitettava moraalista kontemplaatiota. Tämä pätee yhtä lailla niin kristittyihin, muslimeihin, buddhalaisiin, hinduihin, Jehovan todistajiin, ateisteihin kuin ylipäätään kaikkiin ihmisiin.

---

<sup>339</sup> Grossman 2009, 97.

<sup>340</sup> Grossman 2009, 23; Kalat 2016, 460–461.

Fuchsin mukaan primaariempatia syntyy kehossa melko spontaanisti. Sitä on vaikeampi hillitä kuin kognitiivista laajentunutta empatiaa, jota voidaan tukahduttaa lisäämällä esineellistämistä ja kieltäytymällä toisten kunnioituksesta. Fuchsin mukaan osoitus tästä on se, että vuosina 1942–1934 Puolassa toimineen poliisipataljoona 101:n jäsenet välttivät aluksi ampumasta uhreja kasvokkain niin usein kuin mahdollista. Lisäksi monilla esiintyi heille vastenmielisissä massa-ampumistilanteissa erilaisia sairauden oireita, kuten oksentamista. Oireet kuitenkin vähenivät tottumisen myötä ja tekojen brutaalius kasvoi. Pataljoona, johon kuului 500 keski-ikäistä reserviläistä, ampui vuoden aikana 38 000 juutalaista lasta, naista ja miestä. Monet ampujista olivat tavallisia perheellisiä miehiä.<sup>341</sup>

Grossmanin mukaan ihmiset suhtautuvat tappamiseen normaalisti vastentahtoisesti. Hän esittää, että valtaosa miehistä ei tapa edes sodassa, vaikka sitä heiltä odotetaankin ja vaikka he sen tähden vaarantavat oman henkensä. Ne jotka tappavat menettävät usein mielenterveytensä. Toisen ihmisen katsominen silmästä silmään, tappamiseen tarvittavan päätöksen tekeminen ja kuoleman todistaminen oman tappamisteon seurauksena muodostavat yhdessä yhden oleellisemmista ja tärkeimmistä sotatrauman aiheuttajista. Tappamishalun vähäisyys saa monet sotilaat taistelemisen sijasta näyttelemään, antautumaan tai pakenemaan.<sup>342</sup>

Todistaakseen väitteensä Grossman viittaa esimerkiksi Amerikan yhdysvaltojen prikaatinkenraali S.L.A Marshallin tutkimuksiin Toisen maailman sodan ajoilta ja Francis A. Lordin Yhdysvaltain sisällissotaa koskeviin dokumentteihin. Niiden perusteella sotilaat eivät vaikuta olleen halukkaita laukaisemaan aseitaan taisteluissa. Grossmanin mukaan selittävä tekijä aseiden tappamispotentiaalin ja suoritettujen tappojen (kapasiteettiin nähden) vähäisen uhrimäärän välillä olikin sotamies. Vaikka sotilaat olivat harjoitelleet ampumista tauluihin, niin kohdatessaan elävän vastustajan suurin osa sotilaista siirtyi näyttelemiseen ja ampui vastustajien päiden yli. Merkittävä osa sotilaista valitsi olla ampumatta lainkaan. Jotkut valitsivat kaatua maahan, kun taas suuri määrä sotilaista piti itsensä kiireisinä tarjoamalla tukea niille harvoille, jotka ampuivat. He valmistelivat ammuksia, latasivat aseita ja välittivät niitä eteenpäin.

---

<sup>341</sup> Fuchs 2017. Brutaaliutta ja sen ilmenemistä on pyritty selittämään eri tavoin. Yksi tärkeä osatekijä koskee mekanismeja, joiden avulla yksittäiset väkivallantekijät yrittävät selviytyä jäljellä olevan empatiakykynsä kanssa. Tarkastelen väkivaltaa selittäviä mekanismeja seuraavissa luvuissa.

<sup>342</sup> Grossman 2009, 23.

Todisteet viittaavat myös siihen, että ruutiaseiden aikakaudella tuhannet sotilaat valitsivat passiivisesti alistua sekä komentajilleen että vastustajilleen yksinkertaisesti teeskentelemällä ampumiseen liittyvää käytöstä. Paras todiste tästä on merkittävä määrä useaan kertaan ladattuja aseita, jotka löydettiin Yhdysvaltojen sisällissodan jälkeen.<sup>343</sup>

Toisen maailmansodan aikana Marshall haastatteli sotilaita ja tiedusteli, mitä he tekivät taistelun aikana. Hänen yllättävä löydöksensä oli, että vain 15–20% miehistä oli tarttunut aseeseensa. Grossman uskoo, että voimakas vaisto ja luja moraalinen tahto estivät 80–85% sotilaista ampumasta vihollista. Viime aikaisissa sodissa ampumismäärä on kuitenkin kohonnut. Grossmanin mukaan ampumalukujen nousu 15 prosentista 90 prosenttiin selittyy harjoitusmenetelmien muutoksella. Jotkut sotaveteraanit viittaavat koulutusmenetelmiin ohjelmoimisena tai ehdollistamisena.<sup>344</sup>

Vaikka psykologinen hinta tappamisesta on yleensä tappajille erittäin kova, taistelun tuoma voimantunto saattaa viedä mukanaan. Taistelemisen voi tuntua jännittävältä ja aggressio hyvältä. Jotkut sotilaat ovat raportoineet saavansa samankaltaista mielihyvää ampumisesta kuin dominoivasta seksuaaliaktista ja laukeamisesta. Grossman pohtii, että ihmisten pimeyttä ja tuhovoimaa tasapainottavat kuitenkin valkeus ja rakkaus toista ihmistä kohtaan.<sup>345</sup>

Tutkimusten mukaan vain kaksi prosenttia sotilaista luokitellaan aggressiivisiksi psykopaateiksi, jotka eivät ilmeisesti koe normaalia vastentahtoisuutta tappamista kohtaan. He kykenevät tappamaan tuntematta lainkaan katumusta. Heillä ei myöskään esiinny psykiatrisia seurauksia, joita havaitaan normaalisti niillä, jotka ovat olleet taistelukentillä pitkän aikaa.<sup>346</sup>

---

<sup>343</sup> Grossman 2009, 11, 15, 22, 29–36.

<sup>344</sup> Grossman 2009, 3, 25, 36, 177–179. Grossmanin mielestä sotilaiden koulutusmenetelmät muistuttavat klassista ja välineellistä ehdollistamista. Ehdollistamisesta esimerkkinä toimii Pavlovin koirakoe, jossa koira ehdollistetaan yhdistämään tietty ääni ruoansaapumiseen. Koira kuolaa normaalisti, vasta kun ruoka saapuu, mutta äänelle ehdollistunut koira alkaa kuolata jo äänen kuullessaan. Toinen esimerkki on B.F. Skinnerin rottakokeet, joissa rotat oppivat tiettyjä toimintatapoja palkitsemisen ja rankaisemisen kautta.

<sup>345</sup> Grossman 2009, 136–137; 236.

<sup>346</sup> Grossman 2009, 180–181. Raportissa on käsitelty vain miehiä. Naisilla prosentuaalinen osuus voi olla toinen.

### 4.3.1 Mekanismit, jotka mahdollistavat eriarvoista kohtelua ja väkivaltaa

Fuchsin mukaan päätekijät, jotka selittävät suurten ihmisjoukkojen tuhoamista voidaan jakaa viiteen ryhmään.<sup>347</sup>

1. Ensimmäinen tekijä on syrjiminen. Syrjintä kohdistetaan tiettyyn ryhmään, jolta viedään vähitellen yhtäläiset oikeudet ja velvollisuudet, jotka normaalisti kuuluvat yhteisön jäsenille. Usein vähemmistöryhmän syrjiminen vahvistaa syrjivän ryhmän uhattua tai epäselvää identiteettiä ja kohottaa sen ylemmydentunnetta.
2. Toinen tekijä on esineellistäminen ja välineellistäminen, jossa ihmisen yksilöllisiä tunteita ja kokemuksia ei oteta huomioon. Esineellistetty ihminen on vain väline sortajien tarkoitusten saavuttamiseksi. Fuchs toteaa, että jos persoonan piirteinä pidetään subjektiivisuutta, autonomiaa, toimijuutta ja Kantin määritelmää ihmisestä ”päämääränä itsessään”, niin esineellistäminen merkitsee epäkunnioitusta ihmisen persoonaa kohtaan tai sen kieltämistä.
3. Kolmas tekijä on epäinhimillistäminen. Se on vakavampaa kuin esineellistäminen, sillä siinä siirrytään viileästä asennoitumisesta tai toisen ohittamisesta inhoon ja halveksuntaan. Halveksuttua ryhmää voidaan pitää yhteiskunnan parasiittina, joka on karkotettava tai tuhottava. Näkyvien ja häikäilemättömien muotojen ohella esiintyy latenteja muotoja, joihin kuuluvat sellaiset ennakkoluulot ja stereotypiat, joissa kielletään ennakkoluulojen kohteilta joitakin normaalisti ihmisyyteen kuuluvia ominaisuuksia.
4. Neljäs tekijä on uhkaavaksi määrittely. Siinä syrjittävää ryhmää pidetään vihamielisenä tai vaarallisena. Salakavalalla tavalla tämän tekijän varjolla voidaan oikeuttaa ryhmään kohdistuva väkivalta ja väittää sitä puolustautumiseksi.
5. Viides tekijä liittyy hierarkioihin, ryhmäpaineeseen ja auktoritäärisiin rakenteisiin. Sopeutuminen ryhmään voi radikalisoitua tilanteissa, joissa suositaan tottelevaisuutta ja opportunistia. Autonomisten päätösten tekeminen on vaikeaa erityisesti sotatilanteissa.<sup>348</sup>

Grossmanin mukaan pitkä etäisyys kohteeseen helpottaa tappamista.

Etäisyys ei ole kuitenkaan vain fyysistä. Myös emotionaalinen etäisyys on tärkeä

<sup>347</sup> Kyseinen jaottelumalli on Fuchsin mukaan yleinen monien sosiaalipsykologien keskuudessa.

<sup>348</sup> Fuchs 2017. Jos tavoitteena on vahvistaa ylemmyyttä ja epäinhimillistää muita, empatiaa voidaan pitää heikkoutena. Snyderin (2015) mukaan esimerkiksi Hitlerille surkea heikkoutemme ilmeni siinä, että voimme ajatella ja käsittää, että ne ihmiset, jotka kuuluvat eri rotuun kuin me, voivat silti tehdä samanlaisia asioita. Niinpä voimme tunnistaa myös heidät ihmisiksi. (s.4.) Hitlerin mielestä ihmisten tuli tukahduttaa kaikki yllykkeet armollisuuteen ja toteuttaa saaliinhimoaan niin hyvin kuin he kykenivät. (s.1.)

tekijä, joka mahdollistaa väkivaltaa ja tappamista.<sup>349</sup> Grossmann kuvailee tekstissään esimerkiksi seuraavia etäisyyden kategorioita erityisesti tappamisen kontekstissa:

1. Kulttuurinen etäisyys eli etniset ja rodulliset erilaisuudet, jotka mahdollistavat kohteen epäinhimillistämisen. (Muistuttaa yllä olevassa jaottelussa kohtaa 3.)
2. Moraalinen etäisyys, joka rakentuu moraalisen ylemmyydetunnon varaan. Siihen voi sisältyä sellaisia uskomuksia kuten ”Jumala on puolellamme.”
3. Sosiaalinen etäisyys, johon kuuluu jonkin sosiaalisen luokan pitäminen vähemmän inhimillisenä. Sosiaalinen etäisyys syntyy usein pitkäaikaisten sosiaalisten rakenteiden pohjalta.
4. Mekaaninen etäisyys mahdollistaa ampumistilanteissa sen, että tietokonepelejä muistuttavien laitteiden, lämpökameroiden ja muiden mekaanisten välineiden avulla uhri on helpompi epäinhimillistää.<sup>350</sup>

Grossmanin mukaan edellä mainitut tekijät ovat kohteen inhimillisyyden kieltämisessä yhtä tehokkaita kuin fyysinen etäisyys.<sup>351</sup>

Sosiaalipsykologi Erich Fromm väittää, että on olemassa kliinistä näyttöä siitä, että tuhoavaa aggressiivisuutta ilmenee ainakin suurelta osin yhteydessä hetkittäiseen tai krooniseen tunnevajeeseen (engl. *emotional withdrawal*). Grossman on samaa mieltä ja lisää, että psykologisen etäisyyden maksimoiminen on avaintekijä, jolla voidaan tukahduttaa empatiakyky ja saavuttaa Frommin kuvaama epänormaali tunnevaje.<sup>352</sup>

Seuraavaksi kuvailen tarkemmin joitakin etäisyydenmuotoja ja tekoja, joiden kautta syntyy laajempi ymmärrys siitä, mihin epäinhimillistäminen ja empatian puute voi johtaa. Jotta tavallinen ihminen voisi seurata komentoja niinkin pitkälle kuin toisen ihmisen hengen riistämiseen saakka, tulee Grossmanin mukaan useiden tekijöiden täytyä samanaikaisesti. Ensinnäkin yksi tärkeimmistä tekijöistä on emotionaalisen ja empaattisen etäisyyden rakentaminen.

---

<sup>349</sup> Grossman 2009, 158.

<sup>350</sup> Grossman 2009, 160. ”Jumala on puolellamme” -sitaatti on sivulta 168.

<sup>351</sup> Grossman 2009, 158. Etäisyyden rakentaminen voi perustua paitsi epäinhimillistämiseen myös yksinkertaisesti kasvokkain kohtaamisen estämiseen. Uskontotieteilijä Barry Stephenson tuo esille kirjassaan *Ritual. A Very Short Introduction* (2015), että esimerkiksi ensimmäisen maailmansodan aikana esiintyi tilanteita, joissa sotilaat jakoivat ruokaa ja keskustelivat toistensa kanssa yli rajalinjojen. Se teki tappamisesta vaikeampaa. Tästä syystä joukkoja kierrätettiin säännöllisesti, niin ettei empaattisia ja sympaatista sidoksia pääsisi syntymään. (s.27-28.)

<sup>352</sup> Fromm 2003 [1973], 297; Grossman 2009, 160.



Emotionaalinen ja empaattinen etäisyys linkittyvät fyysiseen ja mekaaniseen etäisyyteen.<sup>353</sup> Lisäksi on vielä moraalinen etäisyys, jota tarkastelen tuonnempana.

Grossman on jakanut fyysisen ja mekaanisen etäisyyden sodan ja tappamisen kontekstissa yhdeksään kategoriaan. Toisessa äärilaidassa on "*Max Range*" -tappaminen etäältä tykistöissä ja pommittamalla. Sitä seuraavat "*Long Range*" -tappaminen, joka sisältää ohjukset ja "*Mid-Range*", johon kuuluvat keskimatkan kiväärit. "*Mid-Rangen*" jälkeen tulevat "*Hand granade Range*" eli käsikranaattietäisyys ja "*Close Range*" eli lähietäisyys, jossa käytetään pistooleja ja kiväärejä. Näitä seuraaviksi etäisyyden tasoiksi hän nimeää pistinetäisyyden; "*Bayonet Range*", ja veitsietäisyyden; "*Knife Range*", käsintaistelun; "*Hand-to-Hand-Combat Range*" ja seksuaalisen etäisyyden; "*Sexual Range*". Mitä pienempi etäisyys uhriin, sitä vaikeammaksi ja intensiivisemmäksi tappaminen käy. Grossmanin tekemän tutkimuksen mukaan tappaminen esimerkiksi puukottamalla aiheuttaa yleensä vastenmielisyyttä ja on erittäin intensiivistä. Tappamista paljain käsin erilaisia itsepuolustuslajitekniikoita käyttäen, kuten sormen työntämistä silmän kautta aivoihin tai toisen kurkun murskaamista on sitä vastoin yleensä lähes mahdotonta edes ajatella. Kaikista makaaberein ja hirvittävin alue on seksin ja tappamisen yhdistyminen.<sup>354</sup>

Vaikka lähietäisyys uhriin voi olla hidaste, historia osoittaa, että monet tappavat hidasteista huolimatta. Yksi selitys on alistuminen auktoritäärisille komennoille. Sosiaalipsykologi Stanley Milgramin tottelevaisuuteen ja aggressioon liittyvät tutkimukset osoittivat, että kontrolloiduissa laboratorio-olosuhteissa yli 65 prosenttia osallistujista voitiin manipuloida antamaan vieraalle ihmiselle (oletetusti) kuolettavia sähköshokkeja. Kokeeseen osallistuneet henkilöt aidosti uskoivat, että he aiheuttivat toiselle koehenkilölle valtavaa fyysistä kipua, mutta uhrin pyynnöistä huolimatta 65 prosenttia jatkoi heille annettujen ohjeiden noudattamista ja kasvatti sähköiskujen tehoa, kunnes uhri oli lakannut huutamasta eikä voinut olla epäilystäkään siitä, etteikö uhri olisi kuollut.<sup>355</sup>

Tutkimustulos oli täydellinen yllätys, sillä ennen koetta, Milgram pyysi ryhmää psykologeja ja psykiatreja ennustamaan, kuinka moni koehenkilöistä suostuisi antamaan sähköiskuja maksimiteholla. Ennusteen mukaan luku oli vain yksi prosentti. Grossman korostaa, että jos jonkun henkilön on mahdollista saada

---

<sup>353</sup> Grossman 2009, 97–98.

<sup>354</sup> Grossman 2009, 97–98.

<sup>355</sup> Fuchs 2017; Grossman 2009, 141.

tällainen tottelevaisuus ja auktoriteettiasema aikaan laboratoriotakin ja muiden auktoritääristen vihjeiden avulla olosuhteissa, joissa koehenkilöt ovat vasta tavanneet tämän, miten paljon suurempi vaikutus on esimerkiksi sotilaallisilla auktoriteeteilla ja kuukausia kestäväällä ryhmäytymisellä. Jos auktoriteetti kykenee vetoamaan lakiin ja hän on sosiaalisesti tunnustettu, hänellä on vielä enemmän vaikutusta seuraajiinsa.<sup>356</sup> Sotilaallisen auktoriteetin tavoin myös uskonnollinen johtaja, joka on yhteisönsä tunnustama ja vetoaa Jumalaan käskyjensä lähteenä voi saada tuhoa aikaan.

Esimerkiksi islaminuskoisille (ja muillekin uskonnollisille) fanaatikoille uskonnollinen johtaja voi olla yksi suurimmista auktoriteeteista elämässä. Jos fanaatikko, kuten itsemurhapommittaja päättää osallistua uskonnollisesti motivoituneeseen tappamiseen, hän voi kokea olevansa Jumalan asialla. Uskonnollinen johtaja ei ole välttämättä läsnä tappamisteon aikana, mutta fanaatikon totena pitämä hengellinen ulottuvuus ja toivo tuonpuoleisessa odottavasta autuudesta rohkaisevat häntä teon aikana.<sup>357</sup> Grossmanin mukaan muita selittäviä tekijöitä tällaisissa väkivallanteoissa ovat fanaatikon persoonallisuuden piirteet ja ryhmäpaine. Fanaatikon perheenjäsenet ja ystävät voivat kannustaa tekoon. Fanaatikko tietää, että mikäli hän epäonnistuu, hän joutuu vastaamaan epäonnistumisesta muille.<sup>358</sup>

Vastuu paitsi auktoriteetille myös sisäryhmälle vaikuttaa ihmisiin merkittävästi. Grossmanin mukaan suuri määrä tutkimuksia osoittaa, että sodassa tärkein motivoiva tekijä vastentahtoiisiin ja terveän järjen vastaisiin tekoihin ei ole itsesuojeluvaisto, vaan tilivelvollisuus ja vastuuntunto sotakavereita kohtaan. Jos sotilas on juuri menettänyt ystävänsä tai tärkeän johtajan taistelussa, se voi lisätä hänen väkivaltaisuuttaan ja tappamisintoaan. Toisaalta ystävän menettäminen voi emotionaalisesti halvaannuttaa. Joskus miehet päättävät uhrata oman elämänsä. Sotilaat saattavat olla esimerkiksi niin kiintyneitä toisiinsa, että he kuolevat mieluummin kuin kohtaavat tilanteen, jossa he voisivat kokea pettäneensä kaverinsa ja ryhmässä vallitsevat odotukset.<sup>359</sup>

Grossman kiteyttää, että suurimmaksi osaksi sotatilanteissa tehdyt tappamiset selittyvät vastuun hajaantumisena. Johtajat eivät joudu kantamaan tappamisesta koituvaa emotionaalista taakkaa sikäli, että he eivät osallistu

---

<sup>356</sup> Grossman 2009, 141–143, 145.

<sup>357</sup> Grossman 2009, 192.

<sup>358</sup> Grossman 2009, 192.

<sup>359</sup> Grossman 2009, 149, 179.

tappamistekoihin taistelukentillä. Sotilaat puolestaan seuraavat auktoriteettitahon komentoja samalla, kun he saavat tukea ja hyväksyntää muilta sotilailta. Vakuuttuneisuus vihollisena pidetyn syyllisyydestä tarjoaa myös mahdollisuuden rationalisoida, että teko on oikeutettu.<sup>360</sup>

Moraaliseen etäisyyteen kuuluukin omien tekojen tulkitseminen paremmiksi kuin muiden. Sodassa moraalinen etäisyys sisältää yleensä kaksi komponenttia. Ensimmäisessä kohde tuomitaan syyllisesti ja ajatellaan, että tilanne vaatii hyvitystä tai kosta. Toiseen kuuluu vakuuttuneisuus oman toiminnan ja päämäärän oikeutuksesta. Moraalinen etäisyys voidaan luoda esimerkiksi selittämällä, että vihollisen teot ovat selvästi vääriä, heidän johtajansa ovat rikollisia, heidän alaisensa ovat harhaanjohdettuja tai he ovat yhtä syyllisiä kuin heidän johtajansakin.<sup>361</sup>

Grossmanin mukaan tämä komponenttinen ajattelu juontaa länsimaissa juurensa vähintäänkin ristiretkien aikaan, jolloin läntisen sivilisaation ehdoton moraalinen johtaja eli paavi antoi verisille taisteluille valtuutuksen. Grossman toteaa että, 2000-luvulla sama prosessi on vaikuttanut esimerkiksi Amerikan yhdysvaltojen sotilasoperaatioissa talibaneja ja Al Qaedaan vastaan Afganistanissa ja Irakissa.<sup>362</sup>

Uskonnollisessa kontekstissa sisäryhmän ulkopuolisia voidaan pitää esimerkiksi epäpuhtaina tai heidän käytöstään jumalattomana. Tällaiset asenteet voivat olla peruste kohdella ulkopuolisia eri tavalla kuin sisäpiirin jäseniä. Äärimmäisissä tilanteissa saatetaan käyttää henkistä tai fyysistä väkivaltaa. Grossman toteaa, että itseasiassa ne, jotka osallistuvat väkivaltaisiin tekoihin pitävät usein tekonsa motiivia pyhänä<sup>363</sup>. Vaikuttaakin siltä, että oletus teon pyhyydestä tai jumalallisesta kutsumuksesta antavat syyn jättää huomioimatta muita uskonnon opetuksia ja yhteisön arvoja, kuten hyvät teot ja lähimmäisenrakkauden.

---

<sup>360</sup> Grossman 2009, 193.

<sup>361</sup> Grossman 2009, 164–165.

<sup>362</sup> Grossman 2009, 164–165.

<sup>363</sup> Grossman 2009, 164–165. Arvioin, että esimerkiksi uskonnollisessa kontekstissa ajatus oman sisäryhmän moraalisesta ylemmyydestä voi olla houkutteleva muun muassa niissä uskonnollisissa piireissä, joissa korostetaan hengellistä kasvua, pyhittymistä ja tavoitellaan valaistumista tai korkeamman tiedon omaksumista. Niissä ei kuitenkaan välttämättä kannusteta tuomitsevaisuuteen, ja jos kannustetaankin, niin toisten pitäminen väärintekijöinä, syntisinä tai vähemmän ”tietoisina”, ei normaalisti purkaudu ulkopuolisiin kohdistuvana väkivaltana. Taistelua vääränä ja pimeytenä pidettyä vastaan voidaan käydä kuitenkin hengellisin keinoin esimerkiksi rukouksen tai rituaalien avulla.

Väkivallan kompleksisuutta moraalien näkökulmasta lisää se, että eri yhteisöjen, kulttuurien ja uskontojen näkemykset muun muassa fyysisestä väkivallasta voivat olla osittain erilaisia. Esimerkiksi perhekontekstissa fyysistä kuritusta voidaan pitää joskus huolenpidon merkinä. Esitän että se mikä suomalaisessa laissa nimetään väkivallaksi ja aika usein kansan parissa moraalittomaksi, voi olla joissain normistoissa hyväksyttyä moraalikasvatusta. Jotkut vanhemmat voivat esimerkiksi piiskata lapsiaan ja pitää sitä osana normaalia ja oikeudenmukaista kasvatusta<sup>364</sup>. Suomessa lasten fyysinen kuritus on kielletty laissa. Moraalisen kasvattamisen tai moraalisen oikeudenmukaisuuden nimissä voidaan aiheuttaa fyysistä vahinkoa myös aikuisten kesken.

On hyvä huomata, että vaikka käytös, joka on mahdollista mieltää väkivaltaisiksi, ei olisi osa omaa arkeamme, niin suurin osa meistä on kykeneviä väkivaltaan. Saatamme rationalisoimalla hyväksyä väkivaltaiset ja jopa brutaalit käyttäytymismuodot tarpeellisiksi tai moraalisesti oikeutetuiksi: puolustussota, itsepuolustus tai jonkun läheisen pelastaminen ovat tilanteita, joissa väkivalta käsitetään usein oikeutetuksi niidenkin taholta, jotka väittävät noudattavansa väkivallatonta linjaa.<sup>365</sup>

Tiivistetysti, tässä luvussa olen tuonut esille, että emotionaalinen ja empaattinen etäisyys on usein kytköksissä fyysiseen ja mekaaniseen etäisyyteen. Omien väkivaltaisten impulssien rationalisointi tai johtajan antamat käskyt voivat edesauttaa ihmisiä tekemään tekoja, joita he eivät normaalisti toteuttaisi. Vastuun hajautuminen ja tunne tilivelvollisuudesta sisäpiirille voivat olla myös tärkeitä selittäviä tekijöitä. Lisäksi kulttuuriset eroavaisuudet ja moraalinen etäisyys voivat saada toiset vaikuttamaan vähemmän inhimillisiltä ja kunnioituksen arvoisilta.

Ihmisten raakuudesta huolimatta useat tutkimukset osoittavat, että ihmiset ovat luontojaan empaattisia. Mikäli ihminen ei koe empatiaa toista kohtaan, se voi olla merkki manipulaatiosta tai patologisista ongelmista. Erilaisuuden kohtaaminen, moraalinen kontemplaatio, vakaa tunne-elämä, mielenterveys ja empatiakyky ovat oleellisia sekä yksilöiden että yhteisöjen hyvinvoinnin kannalta. Tutkielmani lähestyessä loppuaan tarkastelen vielä tarkemmin tunteiden ja empatian arvoa ja sen perusteita.

---

<sup>364</sup> Fromm 2013, 123.

<sup>365</sup> Tässä yhteydessä olen käsitellyt vain ihmisiin ulottuvaa empatian puutetta ja myötätunnolle vastakkaista toimintaa. Myös muihin elämänmuotoihin kohdistuva sorto on tärkeä aihe, mutta se ei sisälly tutkielmani fokukseseen.

## 4.4 Empatian ja tunteiden arvo

Vaikka empatiakyky ei takaisikaan toisista välittämistä, moraalista käytöstä tai kunnioitusta, se auttaa muodostamaan sosiaalisia siteitä ja suhteita, joissa voidaan kokea emotionaalista yhteyttä muiden kanssa. Se voi myös auttaa siinä prosessissa, jossa pyrimme arvostamaan ympärillä olevia ihmisiä ja pitämään heitä itsemme kanssa samanveroisina. Tässä luvussa luon katsauksen joihinkin merkittävimpiin tunteiden ja empatian hyötyihin ja vastaan kysymykseen, miten emotionaalista kehitystä voidaan tukea. Tarkastelen myös hieman empatiakeskustelun etiikkaa.

Sosiaalisissa tilanteissa emotionaalinen ilmaisu auttaa meitä kommunikoidaan tarpeitamme muille ja ymmärtämään vastaavasti muiden ihmisten tarpeita ja heiltä odotettavissa olevaa käytöstä.<sup>366</sup> Vaikka käytämme monia menetelmiä toistemme ymmärtämiseksi, niin vaikuttaa siltä, että etenkin kasvojen ilmeet ovat tärkeitä, kun yritämme tavoittaa toisen sisäistä maailmaa ja viestiä heille. Sosiaalinen kulttuuri on rakentunut sen varaan, että meillä on kyky viestiä muille mentaalisista tiloistamme ja tunteistamme.

Muiden tunteiden ja intentioiden ymmärtäminen ja niihin vastaaminen arvostavalla tavalla on yhteistyön ehto. Kalat toteaa, että jos me emme osoittaisi riittävästi välittämistä toisillemme, sivilisaatio romahtaisi<sup>367</sup>. Aivotutkimukset ihmisillä, jotka kärsivät aivovammasta ovat osoittaneet, että tunteilla on yhteys päätöksentekoon ja moraaliseen käytökseen. Tunteet eivät ole älykkään käytöksen este, vaan ne ovat usein erittäin hyödyllisiä. Ne auttavat meitä tekemään parempia päätöksiä. Tämä tarkoittaa sitä, että tunteet ohjaavat meitä tilanteen kannalta sopivimpaan toimintaan. On tärkeää, että voimme arvioida tekojemme seurauksia myös sen avulla, miltä päätös meistä tuntuisi. Päinvastoin kuin yleisesti luullaan, impulsiiviset päätökset eivät välttämättä ole emotionaalisia. Impulsiiviset päätökset ja teot voivat itse asiassa olla todella tunteettomia. Vammaiset ihmiset, joilla ei ole normaalia tunnekapasiteettia eivät välttämättä osaa pohtia, miltä heistä tuntuu, jos he tekevät virheellisen valinnan. Tästä syystä he käyttäytyvätkin toisinaan erittäin impulsiivisesti.<sup>368</sup>

Von Scheve ja von Luede väittävät, että vastoin tieteellisiä ja julkisia uskomuksia, tunteet ovat laajasti ymmärrettyinä suurelta osin säännöllisiä, kohtalaisen vakaita ja jossain määrin myös ennustettava ilmiö. Ne syntyvät

---

<sup>366</sup> Kalat 2016, 362.

<sup>367</sup> Kalat 2016, 364.

<sup>368</sup> Kalat 2016, 364–365.

yhteiskunnassa jokseenkin vakaassa sosiaalisessa perustuksessa eivätkä vain yksilöissä, joissa ne ovat alttiita muuttuville haluille ja tarpeille.<sup>369</sup>

Vuosituhsien ajan useat filosofit, teologit ja sittemmin myös monet psykologit ovat pitäneet tunteita ja järkeä vastinparina, jotka tulee hierarkkisesti erottaa toisistaan. Vaikka Hume ja monet muutkin filosofit ovat pitäneen empatiaa (tai sympatiaa) tärkeänä moraaliseen päätöksenteolle<sup>370</sup>, filosofialla ja moraalipsykologialla on vahva rationaalinen traditio. Greene, Sommerville et al. kuitenkin väittävät, että lähiaikoina tunteille on alettu antaa enemmän painoarvoa. Vaikka sekä tunne että järki osallistuvat moraaliseen päätöksentekoon, tiedetään niiden biologisesta interaktiosta ja niiden vaikutuksista moraaliseen käyttäytymiseen vielä melko vähän. Kuten luvussa 4.1 on esitetty, psykologinen tutkimus viittaa siihen, että erilaiset moraaliset ongelmat vaikuttavat eri tavoin tunneprosesseihin. Vaikutukset tunnereaktioissa heijastuvat puolestaan moraalisiin arvostelmiin.<sup>371</sup> Mikä on järjen ja tunteiden rooli moraalisisessa keskustelussa tai mikä sen tulisi olla? Voidaan myös kysyä, onko tunteita ja järkeä ylipäätään mahdollista erottaa toisistaan. Vastausten etsiminen näihin kysymyksiin jatkuu filosofisessa ja eri tieteenalojen tutkimuksissa yhä.

Kieli ja puhetyyli, jota tunteisiin, empatiaan ja moraalisiin liittyvissä diskursseissa käytetään, on myös tällä hetkellä yksi kiinnostuksenkohteista. Lähiaikoina moraalifilosofian piirissä onkin ilmaistu kritiikkiä sitä tapaa kohtaan, jolla tunteet ja empatia on esitetty ja välineellistetty. Laajalle yleisölle suunnatussa kirjassaan *Ota elämä vakavasti. Negatiivisen ajattelijan opas* filosofi Sami Pihlström kritisoi joitakin filosofeja ja yritysten palveluksissa olevia konsultteja siitä, että he asettavat muita tavoitteita, kuten hyvän olon tai yritysten tuloksen moraalisen absoluutin edelle. Konsultit puhuvat esimerkiksi empatiasta ja myötätunnosta tavalla, joka tekee niistä välineitä tuottavuudelle. Esimerkkinä yritysmaailmassa ilmenevästä vääränlaisesta moraalisten käsitteiden välineellistämisestä Pihlström ottaa esille Jaakko Heikkosen 1990-luvulla käyttämän iskulauseen ”Hyödy etiikasta!” Sittemmin tällaiset suoraviivaiset ilmaukset ovat Pihlströmin mukaan jääneet vähemmälle, mutta keskustelussa on yhä parannettavaa. Hänen mielestään moraalin vakavuus tietyn kontekstin kielenkäytössä kyseenalaistuu edelleen.<sup>372</sup> Pihlström esittää, ettei ole olemassa

---

<sup>369</sup> von Scheve & von Luede 2005, 303.

<sup>370</sup> Stueber, 2019.

<sup>371</sup> Greene, Sommerville, Nystrom, Darley & Cohen 2001.

<sup>372</sup> Pihlström 2018, 67, 71.

mitään korkeampaa prinssiä, joka menisi moraalin edelle. Perusta moraalille on moraali itse. Moraali velvoittaa meitä ainoastaan itsensä vuoksi eikä sitä sovi käyttää välineenä minkään muun tavoitteluun.<sup>373</sup>

Pihlström hyökkää myös joitakin positiivisen psykologian käyttötapoja vastaan ja esittää huolensa tavasta, jolla empatiaa käsitellään populaarikulttuurissa ja self-help- eli itseapukirjallisuudessa<sup>374</sup>. Hän esittää esimerkiksi kritiikkiä ihmisen omaa subjektiivista hyvinvointia korostavaa ”kukoistushehkutusta” vastaan<sup>375</sup>. Pihlströmin mukaan vakavassa filosofisessa keskustelussa moraaliala tulisi tarkastella kärsimyksen ja syyllisyyden näkökulmasta. Sen rinnalla pintapuolisempi keskustelu empatiasta tai ihmisen kukoistuksesta on vähemmän merkityksellistä ja arvokasta ainakin, kun kyseessä on vakavien moraalisten asenteiden ja moraalisen toiminnan puolustaminen.<sup>376</sup>

Pihlströmistä on huolestuttavaa, että jotkut pitävät empatiaa moraalin kannalta ratkaisevana tekijänä. Se voi olla hänen mukaansa vahingollista, sillä moraalisen teon tulee tapahtua yksin moraalisen absoluutin tähden. Hänen mielestään meidän ei tulisi etsiä onnellista tunnetta ja hyvää oloa, vaan kiinnittää huomiomme epäitsekkeästi muiden kärsimykseen. Moraalin velvoittavuus ei synny sen perusteella, että moraalinen toiminta voi joskus saada aikaan hyvää oloa eikä siksi, että olemme empatiakyvyssämme ja mahdollisesti muissa moraalisen toiminnan neurologisissa lähtökohdissa ihmisinä samankaltaisia.<sup>377</sup>

Moraaliset teot ovat usein vaikeita ja tuskallisia, kuten maailmassa kohtaamamme asiatkin. Pihlström puolustaakin sellaisten käsitteiden kuten kivun, kärsimyksen ja syyllisyyden tarkastelua hyvän elämän ymmärtämiseksi. Jotta voisimme käsittää, mikä on hyvää, meidän tulisi ensin ymmärtää, mikä on pahaa<sup>378</sup>. Tällä Pihlström ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö olisi arvokasta tutkia

---

<sup>373</sup> Pihlström 2018, 59.

<sup>374</sup> Pihlström 2018, 84. Pihlström kritisoi joidenkin julkisuudessa toimivien henkilöiden epämääräistä kielenkäyttöä. He puhuvat esimerkiksi kukoistuksesta, luovuudesta, unelmista ja kutsumuksesta vakavaan filosofiseen keskusteluun verrattuna varsin pintapuolisella tavalla. (s.29). Pihlström esittää, että hyvinvointiin keskittyvässä tutkimuksessa (”positiivinen tiede”) tulisi olla lähtökohtana sellainen filosofinen taustaymmärrys, jossa otetaan vakavasti huomioon myönteisten ilmiöiden negaatio. (s.12). Tämä pätee myös niistä käytävään keskusteluun. Hänen tavoitteenaan onkin tarjota kriittinen näkökulma positiivisuusdiskurssille. ”Positiivisen tieteen” hyötyjen analysointi on selvästi jätetty muiden tehtäväksi.

<sup>375</sup> Pihlström 2018, 16.

<sup>376</sup> Pihlström 2018, 17, 24, 84.

<sup>377</sup> Pihlström 2018, 78–84. Moraali velvoittaa meitä, vaikka olisimme hyvinkin erilaisia ja riippumatta siitä, mitä tunnemme tai miten voimme psykologisesti suhtautua tekomme kohteeseen.

<sup>378</sup> Pihlström 2018, 12.

ja arvioida esimerkiksi sitä, mitä erilaisissa kulttuureissa pidetään hyvän elämän ehtoina tai miten hyvyys niissä ymmärretään. Se ei myöskään tarkoita, etteikö psykologinen tutkimus niistä mekanismeista, jotka tekevät ihmiset onnelliseksi olisi hyvä asia. Negatiivisten käsitteiden tulee kuitenkin olla ensisijaisina lähtökohtina moraalifilosofialle.<sup>379</sup> Näin ollen positiivisilla tunteilla ja niiden tutkimuksella on arvonsa, vaikka Pihlströmin mielestä meidän tulisi moraalin kontekstissa ensisijaisesti fokusoida huomiomme maailmassa vallitsevaan tai potentiaaliseen puutteeseen, pahuuteen ja kärsimykseen. Keskustelua empatian ja tunteiden roolista tulisi käydä vakavaan sävyyn. Pelkkä positiivisuuden korostaminen ja yksilön tai yrityksen oman hyvinvoinnin edistäminen ei edistä moraalia.

Ihmiset ovat kuitenkin kiinnostuneita positiivisista tunteista ja self help – kirjallisuudesta, koska he haluavat kokea mielihyvää. Tämän tutkielman alussa esitin näkökulman, että tunteet vaikuttavat kokemukseemme elämän merkityksestä ja sen laadusta enemmän kuin mikään muu ihmismieleen liittyvä asia. Ne tekevät elämästä elämisen arvoista, mutta voivat aiheuttaa myös itsetuhoisuutta.<sup>380</sup> Ihmiset eivät yleensä etsi kärsimystä vaan emotionaalista tyydytystä, onnea ja rauhaa. Ihminen, joka pyrkii vahingoittamaan itseään tai muita voidaankin diagnosoida psykologisessa tautiluokituksessa sairaaksi.

Erityispedagogiikan dosentti Lotta Uusitalo-Malmivaara esittää, että ne, jotka tuntevat positiivisia tunteita luovat ja ylläpitävät helpommin sosiaalisia kontakteja kuin ne, jotka kokevat negatiivisia tunnetiloja. Toisiin ihmisiin liittyminen on ollut ihmislajin selviytymisen ehto.<sup>381</sup> Tämän näkökulman mukaan positiiviset tunteet ovat paitsi yksilön itsensä, myös kollektiivisesti koko ihmislajin kannalta oleellisia.

Silti filosofi Frank Martela kiinnittää huomiota siihen, että länsimaissa onnellisuudesta on tullut yksi keskeisimmistä palvelun kohteista. Se, miten onnellisuus tulisi määritellä ei ole kuitenkaan tutkijoille itsestään selvää. Onnellisuuden käsite voi olla filosofeja kiinnostava tutkimuskohde, mutta tavallisesti ihmisiä kiinnostaa se, mikä tekee heidät onnellisiksi. Onnellisuuden etsimisen sijaan Martela esittää, että ihmisten tulisi tehdä asioita, jotka he kokevat merkitykselliseksi. Tekemällä esimerkiksi asioita vapaaehtoisesti ja omien kykyjen mukaan, ihminen voi löytää onnen epäsuorasti muiden eteen toimimalla.

---

<sup>379</sup> Pihlström 2018, 12.

<sup>380</sup> Scarantino & de Sousa 2018.

<sup>381</sup> Uusitalo-Malmivaara 2014, 21.



Hyvää tehdessään ihminen voi tuntea yhteenkuuluvuutta yhteisöön ja tuntea emotionaalista tyydytystä.<sup>382</sup> Martelan ehdotuksia voidaan pitää esimerkkeinä siitä, miten eettisiä tekoja käytetään välineinä egoistisen hyvän saavuttamiseen, vaikka hän toteakin, ettei onnellisuutta sinänsä tulisi etsiä.

Itse en pidä tämänkaltaista molempia osapuolia hyödyttävää toimintaa problemaattisena. Etenkin jos sillä ei haeta muilta ihailua eikä moraalista ylemmyudentuntoa.<sup>383</sup> Yksittäisen ihmisen onnellisuuden ja hyvinvoinnin etsintä voivat tuoda onnellisuutta ja hyvinvointia muillekin. Onnen etsiminen on esimerkki, jossa sellaisetkin mielentilat ja tunteet, joita toivomme, voivat toimia katalyytteinä ja ”polttoaineena” toiminnalle, jolla on myönteistä merkitystä sekä oman että toisten tunne-elämän ja selviytymisen kannalta. Voimme esimerkiksi valita käyttää aikaamme muiden auttamiseen, koska haemme elämällemme merkitystä ja emotionaalista tyydytystä. Avuliaassa teossa sinällään ei ole mielestäni mitään ongelmallista, vaikka tällaisista lähtökohdista tehtävän teon moraalinen arvokkuus voidaankin kenties asettaa kyseenalaiseksi.

Tunteilla on arvoa merkityksellisyyden kokemuksessa, mutta ne antavat meille myös tietoa. Tunteet ovat osa kognitiivista prosessia ja ne auttavat meitä keräämään informaatiota sisäisistä tiloistamme ja ympäröivästä maailmasta. Esimerkiksi ilo voi olla merkki saavutetusta tavoitteesta, masennus ja suru merkkejä epäonnistumisista ja pelko voi tiedottaa uhkasta. Evolutiivisesta näkökulmasta katsoen tunteilla on tärkeä tehtävä. Asiat, jotka tuntuvat miellyttäviltä, kuten veden juominen janoamme tai seksuaalinen tyydytys, ovat arvokkaita lajin säilymisen kannalta. Vastaavasti asiat, jotka tuottavat kipua ja inhoa eivät yleensä ole. Tästä huolimatta tunteita ei tulisi pitää erehtymättöminä. Epäluuloinen henkilö voi esimerkiksi tuntea pelkoa tilanteissa, joissa ei ole todellista uhkaa. Tunteista saamamme informaatio voi siis olla harhaanjohtavaa. Yksilöllä voi olla myös mieltymyksiä, jotka eivät ole muiden kannalta myönteisiä.<sup>384</sup>

---

<sup>382</sup> Martela 2014, 30–31.

<sup>383</sup> Pihlström 2018 Pihlströmin mukaan omien hyvien tekojen ja moraalisten saavutusten esittely muille esimerkiksi sosiaalisessa mediassa ja nykyajan itseä korostava ”*selfie*-kulttuuri” turmelevat hyvyyden ja rappeuttavat moraalisen arvioinnin ja toiminnan käytäntöjä, joita rakennamme ja ylläpidämme moraalikielen käsitteiden avulla. (69–71, 84.)

<sup>384</sup> Niiniluoto 1997, 114.

#### 4.4.1 Empatian ja tunnetaitojen kehittäminen

Jo Aristoteles edusti näkemystä, jonka mukaan ihmisiä voidaan kouluttaa siten, että tunteisiin liittyvät arvostelmat ja taipumukset tukevat hyvää elämää sen sijaan, että ne estäisivät hyvän elämän saavuttamisen.<sup>385</sup> Nykyaikana vastaavia ajatuksia on esittänyt esimerkiksi Kalliopuska, jonka mukaan emotionaalisia taitoja ja empatiaa voidaan kehittää<sup>386</sup>. Vaikka aivotutkimukset viittaavat siihen, että empaattiset reaktiot ovat luonnollisia ja automaattisia, empatia- ja tunnetaitojen kehittäminen on hyödyllistä, koska on olemassa paljon tekijöitä, jotka häiritsevät tunteisiin ja empatiaan liittyviä prosesseja. Empatia ja vakaa tunne-elämä voivat edesauttaa meitä toimimaan moraalisesti, vaikka voidaan esittää, että moraalin itse itsessään tulisi teoriassa riittää moraalisten tekojen perustaksi.

Kalliopuskan mukaan kokemuksemme välittämisestä, rakkaudesta ja arvostavasta vuorovaikutuksesta muovaavat kykyämme kokea positiivisia tunteita muita kohtaan ja kykyämme osoittaa empaattia. Lapsilla, jotka ovat kokeneet aggressiivista kohtelua tai joiden vanhemmat ovat emotionaalisesti laiminlyöneet heitä, on usein vähäisempi empatiakyky. He saattavat myös itse osoittaa aggressiivisuutta muita kohtaan.<sup>387</sup> Pelkoon perustuva kasvatus onkin yhdistetty vähäisempään prososiaaliseen käytökseen ja empatiaan. Voimakeskeinen kurinpitomenettely häiritsee moraalista kehitystä. Lapsen uhkailu, rankaiseminen ja väkivaltainen kohtelu voi johtaa paitsi aggressiivisuuteen ja häiriökäyttäytymiseen myös lapsen alistumiseen.<sup>388</sup> Myös aikuiset altistuvat pelolle monissa sosiaalisissa tilanteissa. Kaikenikäiset ihmiset voivat kokea pelkoa esimerkiksi hierarkkisissa tai manipulatiivisissa yhteisöissä. Tällaisia voivat olla sekulaarissa kontekstissa esimerkiksi epäterveet työyhteisöt tai uskonnollisessa kontekstissa jotkut lahkot. Mielestäni olisi erittäin tärkeää kiinnittää huomiota tunteisiin ja kehittää niihin sekä emotionaaliseen hyvinvointiin liittyvää ymmärrystä ja kunnioittavia toimintatapoja kaikissa instituutioissa mukaan lukien koulut, kirkot ja työpaikat.

Kalliopuska korostaa, että vaikka kodin ilmapiiiri onkin oleellinen empatian kehittymiselle, kaikenikäisten on mahdollista vahvistaa ja harjoitella empatiaa.

---

<sup>385</sup> Knuuttila, 2018.

<sup>386</sup> Kalliopuska 1983, 158.

<sup>387</sup> Kalliopuska 1983, 117.

<sup>388</sup> Kalliopuska 1983, 101. Voimakeskeisen kasvatuksen sijaan ohjaavan kasvatuksen on todettu kehittävän moraalista empatiaharjoittelun ja toisen roolin omaksumisen vuoksi. Liiallista syytelyä tai lapsessa liiallisen syyllisyyden herättämistä tulisi välttää. (s.101–102)

Esimerkiksi lapset, jotka harjoittelevat tunnetaitoja esikoulussa kehittyvät myös sosiaalisissa taidoissa ja empatiassa. Kyky nimetä erilaisia tunteita on empatian kannalta tärkeää. Näin ollen lasten tukeminen kielellisissä taidoissa on oleellista. Kalliopuska tuo esille myös taidekasvatuksen merkityksen. Taidekasvatus auttaa lasten itsetunnon rakentamisessa, joka vahvistaa usein empatiaa. Myös luovuutta ja mielikuvitusta vaativat leikit tukevat yleensä empatiataitoja. Roolinottoon perustuvia leikkejä ja menetelmiä on käytetty niin lapsilla kuin aikuisillakin. Kirjallisuus ja tarinoiden kertominen ovat myös empatian kannalta eduksi. Nämä erilaiset tavat tarjoavat työkaluja perspektiivinottoon ja auttavat tarkkailemaan maailmaa jonkun toisen näkökulmasta.<sup>389</sup> Tuore Maailman terveysjärjestön eli WHO:n raportti osoittaa myös, että taiteella on merkittäviä vaikutuksia muun muassa empatian tukemisessa sekä kognitiiviseen, emotionaaliseen ja sosiaalisten taitojen kehityksessä. Taiteen parissa toimiminen lisää luottamusta, sosiaalista osallisuutta ja yhteenkuuluvuutta ja se edistää konfliktinratkaisussa.<sup>390</sup> Myös filosofisten taitojen harjoittamisen P4C-menetelmällä on osoitettu monissa tutkimuksissa tukevan lasten kognitiivisia ja ei-kognitiivisia taitoja sekä parantavan sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ja lisäävän empatiaa.<sup>391</sup> Empatian kannalta käytännönläheiset menetelmät tuottavat selkeästi tuloksia. Myös empatiasta luennoinnin tai toisen tuntemusten tarkkailun ja reflektoinnin on todettu lisäävän empatiaa, mutta ne eivät ainakaan psykologi David A. Kipperin (1939–2019) ja hänen tutkijakollegansa Zion Ben-Elyn tutkimuksen perusteella olleet yhtä tehokkaita kuin niitä konkreettisempi ja osallistavampi psykodraaman menetelmä, johon sisältyy toisen tunnetilojen peilaaminen, roolinotto ja näytteleminen.<sup>392</sup>

<sup>389</sup> Kalliopuska 1983, 114–116, 117–118, 146, 156–157, 161, 166–167.

<sup>390</sup> World Health Organization 2019, 9.

Gorard, Siddiqui & See 2017, 6; Pihlgren 2008, 234. (P4C tai *Philosophy for Children* eli Filosofiaa lapsille on pedagogia ja menetelmä, jota käytetään lasten, mutta myös muun ikäisten parissa. Menetelmän peruspilareita ovat 1. kriittinen ajattelu 2. luova ajattelu 3. yhdessä ajattelu ja 4. välittävä ajattelu. Suomessa Filo - Filosofiaa lapsille nuorille ja yhteisöille ry edistää filosofian osallistavaa harjoittamista ja menetelmän käyttöä.)

<sup>392</sup> Kalliopuska 1983, 117; Kipper & Ben-Elyn 1979, 374. Tutkimus toteutettiin nuorilla.

## 5. Johtopäätökset

Olen käsitellyt tutkielmassani useita tunteisiin ja empatiaan liittyviä osa-alueita ja kysymyksiä, mitä tunteet ja empatia ovat ja miten tunteiden ja mielentilojen jakaminen tapahtuu. Olen osoittanut, että tunteet ovat olleet filosofisen ja teologisen tarkastelun kohteena jo kauan. Tunteita tutkitaan yhä lukuisilla aloilla. Kilpailevia tunneteorioita on useita ja vastaus kysymykseen, mitä tunteet ovat, on edelleen kiistanalainen. Lippsin vuonna 1897 esittelemän *Einfühlung*-termin ja siihen liittyvien ideoiden pohjalta empatiasta ilmiönä on keskusteltu paljon. Empatialla on pyritty selittämään sitä, että voimme ymmärtää toisten mielentiloja ja kokea tai jakaa tunteita muiden kanssa. Empatian käsitteestä ja empatiasta ilmiönä ei kuitenkaan vallitse yhteisymmärrystä.

Filosofien, psykologien, sosiaalitieteilijöiden ja luonnontieteilijöiden näkökulmasta monet niistä asioista, joita yleensä nimitämme tunteiksi ovat kansankielisiä ilmauksia, jotka poikkeavat tutkijoiden tunneluokituksesta. On olemassa kolme laajaa traditiota, jotka pyrkivät selittämään, mitä tunteet ovat ja miten ne toimivat. Nämä traditiot jakautuvat tuntemuksien merkitystä korostavaan traditioon (engl. *Feeling tradition*), arvostelmia korostavaan traditioon (engl. *Evaluative Tradition*) ja motivaatiotekijöitä korostavaan traditioon (engl. *Motivational Tradition*). Monien tutkijoiden mukaan tunteet muodostuvat eri komponenteista, jotka ovat normaalisti läsnä emotionaalisissa episodeissa. Komponentit voivat olla esimerkiksi fysiologisia, fenomenaalisia, ekspressiivisiä, käyttäytymiseen liittyviä, mentaalisia tai ne voivat sisältää arvostelmia. Empatiaa on perinteisesti selitetty joko viittaamalla kykyymme simuloida toisen ihmisen mielentiloja tai viittaamalla kognitiivisiin teorioihin, joita luomme ymmärtääksemme toisiamme. Nykyiset teoriat ovat usein hybridejä.

Olen osoittanut, että uskonnollisten tunteiden osalta ei myöskään ole olemassa konsensusta. Jotkut teologit, kuten Schleiermacher ja Otto pitävät uskonnollista tunnetta erityisenä ilmiönä, jolla ei ole tekemistä muiden tunteiden kanssa, kun taas toiset filosofit, kuten James ja Roberts ovat sitä mieltä, että uskonnollisilla tunteilla ei ole uniikkia olemusta. He ovat kuitenkin yhtä mieltä siitä, että tunteilla on tärkeä merkitys uskonnolle. Tunteet ovat korvaamaton osa uskonnon olemusta ja välttämätön ehto uskonnolliseen traditioon aidosti osallistumiselle. Uskonnolliset yhteisöt tarjoavat sosiaalisen kontekstin, jossa on mahdollista ilmaista ja tutkailla moninaisia mentaalisia ja hengellisiä kokemuksia.

Monien tutkimusten mukaan uskonnollisuudella ja hengellisyydellä on usein, vaikkakaan ei aina, myönteinen vaikutus ihmisten hyvinvointiin. Joskus uskonnollisuus tai hengellisyys voi aiheuttaa vakavia seurauksia ja olla patologista.

Olen tuonut esille, että sosiaalinen ympäristö ja kulttuuri ylipäättään vaikuttavat ihmisten tunteisiin. Yhteisöissä on normeja, jotka voivat sisältää tiettyihin rooleihin sidottuja karaktäärisiä tunteita, jotka ilmenevät sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Jotkut odotukset ja rooli-identiteetit voivat tuntua painostavilta. Jotkin tunteet voivat olla yhteisössä arvostetumpia kuin toiset ja tietyt tunteet saattavat olla kiellettyjä. Ne, jotka eivät sopeudu sisäryhmään saatetaan tuomita tai jättää ryhmän ulkopuolelle.

Olen selittänyt, että tunteet ja empatia ovat vahvasti sidoksissa toisiinsa, mutta empatiassa olemme omien mielentilojemme, kuten tunteiden ohella tietoisia myös toisen mielentiloista. Empatian on esitetty eroavan jaetuista tunnetiloista ja emotionaalisesta tartunnasta esimerkiksi siten, että empatiaa kokeva tiedostaa empatiansa kohteena olevan persoonan ja kykenee erottamaan omat tunteensa toisen tunteista. Jaetussa tunnetilassa tunnetila ja tunteen kohde on yhteinen. Emotionaalisessa tartunnassa ihminen ei välttämättä tiedosta, mihin häneen tarttunut tunnetila alun perin liittyy eikä edes, kenen tunteesta siinä on kyse.

Olen myös käsitellyt teorioita tunteiden ja empatian arvosta. Tunteilla on arvoa elämän ja olemassaolon merkityksellisyyden kokemuksessa. Tunteet ja empatia tarjoavat tietoa itsestämme ja maailmasta. Evoluutiotieteellisestä näkökulmasta tunteet vaikuttavat lajin selviytymiseen. Empatia edistää prososiaalisten asenteiden ja prososiaalisen käyttäytymisen muodostumista.

Empatia on myös keskeinen tekijä, kun pyritään ymmärtämään ihmistä moraalisena ja sosiaalisena toimijana. Esimerkiksi tutkijat Kalat ja Grossman esittävät, että ihmiset ovat luonnostaan empaattisia toisiaan kohtaan. Empatia saatetaan kuitenkin usein ulottaa vain lähipiiriin. Empatiakyky ei siis takaa empaattista toimintaa ja kunnioittavaa sosiaalista käytöstä. Erilaiset kokemukset, sosiaaliset asenteet ja sisäpiirijattelu vaikuttavat heikentävästi empatiakykyyn. Empatiaa voidaan järjestelmällisestikin tukahduttaa esimerkiksi harjoittamalla jonkin ryhmän esineellistämistä ja epäinhimillistämistä. Fuchs väittää, että empatian ohella tarvitaan kunnioitusta, joka perustuu muiden tunnustamiseen itsestä erillisinä toisina ja näiden toisten pitämiseen tasavertaisina kanssaihmisinä.

Tutkielmani lopussa olen tarkastellut lyhyesti julkisuudessa ja yritysmaailmassa käytävän empatiakeskustelun etiikkaa. Pihlström esittää, että empatiaan liittyvä huolimaton kielenkäyttö ja empaattisten tekojen käyttäminen kaupallisuuden tai itsekorostuksen välineineinä ovat moraalisesti ongelmallisia. Olen päättänyt tutkielmani viittaamalla tutkimuksiin, jotka osoittavat, että tunnetaitoja ja empatiaa on mahdollista kehittää esimerkiksi taiteen ja filosofisen keskustelun avulla.

Tutkielmassani olen tarkastellut monia empatiaan ja tunteisiin liittyviä aihealueita. Keskittymällä näistä vain jompaankumpaan tai rajaamalla aihetta lisää, olisin voinut käsitellä osa-alueita tarkemmin. Olen viitannut monitieteellisiin tutkimuksiin, joista useat ovat asiantuntijuuteni ulkopuolella. Olen käyttänyt primaaristen lähteiden ohella myös sekundaarisia lähteitä, josta voi aiheutua jonkin verran epätarkkuutta. Tästä huolimatta arvioin tutkielmani ansioksi aiheen kattavan käsittelyn ja sen osoittamisen, miten laaja-alaisesta tutkimuskentästä ja kysymyksenasettelusta tunteissa ja empatiassa on kyse. Tarjotessaan sekä sekulaarin että uskonnollisen näkökulman rinnakkain tutkielmani antaa tietoa, jota ei ole yleensä kovin helppoa löytää yksittäisestä julkaisusta.

Lisää laaja-alaista tutkimusta tarvitaan empatiailmion ja tunteiden ymmärtämiseksi. Mielestäni käytännöllisten ulottuvuuksien tutkiminen on myös oleellista. Olisi arvokasta tarkastella esimerkiksi, miten taide tai filosofinen keskustelu voivat vahvistaa empatiaa ja toisten kunnioittamista. Olisi myös tärkeää tutkia, miten erilaisissa uskonnollisissa- ja hengellisissä yhteisöissä voitaisiin tavoittaa ja tukea niitä, jotka kokevat esimerkiksi hengellisen opetuksen tai yhteisön normiston vaikutuksesta emotionaalisia haasteita. Erityisen tärkeää olisi mielestäni kiinnittää huomiota lasten kokemuksiin vaikeisiin tunteisiin, kuten pelkoihin, sillä lapsilla ei välttämättä ole kykyä aikuisten tavoin ilmaista tunteitaan tai mahdollisuutta valita haluavatko he osallistua yhteisön järjestämään toimintaan vai eivät.

## **Kirjallisuus**

Aristotle

- 1926 The “Art” of Rhetoric. With an English Translation by John Henry Freese. Cambridge: Harvard University Press. (Alun perin julkaisu noin 367–322 BCE.)

Auer, Alfred (Sir)

- 1987 Mind and Body. *The Oxford Companion to the Mind (2.ed.)*. Toim. R. L. Gregory. Oxford: Oxford University Press 2014. Verkkojulkaisu 2016.

Baron, Jonathan

- 1998 Judgement Misguided: Intuition and Error in Public Decision Making. New York: Oxford University Press, Inc.

Barret, Lisa

- 2006 Are Emotions Natural Kinds? *Perspectives on Psychological Science 1. March 2006, Vol.1(1)*. Thousand Oaks: SAGE Publications. s. 28–58. Saatavissa 10.5.2020: <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2006.00003.x>

Blair, R.J.R.

- 1994 A cognitive development approach to morality: investigating the psychopath. *Elsevier SD Freedom Collection (F) vol.57(1)*. Amsterdam: Elsevier. s.1–29.

Cushman, Fiery; Young, Liane & Hauser Marc

- 2006 The Role of Conscious Reasoning and Intuition in Moral Judgement: Testing Three Principles of Harm. *Psychological Science, 17*. Thousand Oaks: SAGE Publications. s. 1082–1089. doi:10.1111/j.1467-9280.2006.01834.x

Cushman, Fiery; Gray, Kurt; Gaffey, Allison & Mendes, Wendy Berry

- 2011 Simulating Murder: The Aversion to Harmful Action. *Emotion 2012, Vol.12(1)*. Toim. Paula Pietromonaco. USA: American Psychological Association. s. 2–7.

Driver, Julia

- 2016 Ethics: The Fundamentals. Oxford: Blackwell Publishing.

Edwards, Jonathan

- 2003, A Treatise Concerning Religious Affections. Toim. John E. Smith. New Haven: Yale University Press. 2003. (Alun perin julkaistu 1961.)

Freud, Sigmund

- 1930 Das Unbehagen in der Kultur. Wiesbaden: Marixverlag GmbH, 2010.

Fromm, Erich

- 2013 The Anatomy of Human Destructiveness. New York: Open Road Media. (Alun perin julkaistu 1973.)

- Fuchs, Thomas  
 2017 Empathy, Group Identity, and the Mechanisms of Exclusion: An Investigation into the Limits of Empathy. New York: Springer Science + Business Media, LLC. Verkkojulkaisu 15.6.2017. Saatavissa 10.5.2020: [https://www.researchgate.net/publication/317615470\\_Empathy\\_Group\\_Identity\\_and\\_the\\_Mechanisms\\_of\\_Exclusion\\_An\\_Investigation\\_into\\_the\\_Limits\\_of\\_Empathy](https://www.researchgate.net/publication/317615470_Empathy_Group_Identity_and_the_Mechanisms_of_Exclusion_An_Investigation_into_the_Limits_of_Empathy)
- Graham, George  
 2019 Behaviorism, *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Spring 2019 Edition), Toim. Edward N. Zalta. Saatavissa 10.5.2020: <https://plato.stanford.edu/entries/behaviorism/#RootBeha>
- Greene, Joshua D.; Sommerville Brian R.; Nystrom, Leigh E.; Darley, John M.; Cohen, Jonathan D.  
 2001 An fMRI Investigation of Emotional Engagement in Moral Judgement. *Science 14 Sep 2001: Vol. 293, Issue 5537*. Washington: AAAS, American Association for the Advancement of Science. s.2105-2108. DOI: 10.1126/science.1062872
- Gregory, Richard  
 2006 The Oxford Company to the Mind (2 ed.). *Empathy*. Oxford: Oxford University Press. Saatavissa 10.5.2020: <https://www-oxfordreference-com.libproxy.helsinki.fi/view/10.1093/acref/9780198662242.001.0001/acref-9780198662242-e-298?rskey=N1o2X3&result=1>
- Goldman, Alvin & Sripada, Chandra Sekhar  
 2005 Simulationist Model of Face-Based Emotion Recognition. *Joint Ventures: Mindreading, Mirroring, and Embodied Cognition*. Toim. Alvin I. Goldman. New York: Oxford University Press. 2013.
- Goldman, Alvin  
 2013 *Joint Ventures: Mindreading, Mirroring, and Embodied Cognition*. New York: Oxford University Press.
- Gorard, Stephen & Siddiqui, Nadia & See Beng, Huat  
 2017 Non-cognitive impacts of Philosophy for Children. London: Nuffield Foundation. Saatavissa 10.5.2020: <http://www.nuffieldfoundation.org/non-cognitive-impacts-philosophy-children>
- Grossman, Dave Colonel  
 2009 On Killing. The Psychological Cost of Learning to Kill in War and Society. New York: Back Bay Books / Little, Brown and Company.
- Haidt, Jonathan  
 2000 The Emotional Dog and Its Rational Tail: A Social Intuitionist Approach to Moral Judgement. *Psychological Review 2001, Vol. 108(4)*. USA: American Psychological Association. s.814–834.



- Heise, David  
2007 Expressive order: confirming sentiments in social actions.  
New York: Springer Science + Business Media, LLC.
- Helm, Bennet  
2017 Love. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Fall 2017 Edition).  
Toim. Edward N. Zalta. Saatavissa 10.5.2020:  
<https://plato.stanford.edu/archives/fall2017/entries/love/>
- Heino, Harri; Lahti, Pirkko & Salonen, Kristina  
1995 Uskonnon kahdet kasvot. Mielenterveyden tuki vai taakka. Helsinki:  
Suomen Mielenterveysseura.
- Huchington, W.D.; Davis K.D.; Lozano, A.M.; Tasker R.R. & Dostrovsky, J.O.  
1999 Pain-related neurons in the human cingulate cortex.  
*Nature Neuroscience* 2. London: Nature Research. s.403–405.  
doi:10.1038/8065. Saatavissa 10.5.2020: [https://www-nature-com.libproxy.helsinki.fi/articles/nn0599\\_403](https://www-nature-com.libproxy.helsinki.fi/articles/nn0599_403)
- Hume, David  
1995 An enquiry concerning the principles of morals. Online,  
*InteLex Corporation*. (Originally published 1777.)
- Hyslop, Alec  
2018 Other Minds. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2018  
Edition), Toim. Edward N. Zalta. Saatavissa 10.5.2020:  
<https://plato.stanford.edu/archives/win2018/entries/other-minds/>
- James, William  
1902 The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature. The  
ProQuest Ebook Central: Floating Press.
- Järvinen, Petri  
2000 A Study on Religious Emotions. Helsinki: Luther-Agricola-Society.
- Krauss, Beatrice j.; Kaplan Richard D. & Krauss, Herbert H.  
1974 Factors Affecting Veterans' Decisions to Fire Weapons in Combat  
Situations. *International Journal of Group Tension* 4. Amsterdam:  
Kluwer Academic Publishers-Plenum. s.105–111. Saatavissa 10.5.2020.  
[https://www.researchgate.net/publication/256480027\\_Factors\\_affecting\\_veterans'\\_decisions\\_to\\_fire\\_weapons\\_in\\_combat\\_situations](https://www.researchgate.net/publication/256480027_Factors_affecting_veterans'_decisions_to_fire_weapons_in_combat_situations)
- Kalat, James W.  
2016 Biological Psychology. 12 e. Boston: Cengage Learning.
- Kalliopuska, Mirja  
1983 Empatia – tie ihmisyyteen. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Kim, Jaegwon  
2011 Philosophy of Mind. Colorado: Westview Press.

- Kipper, David. A. & Ben-Ely Zion  
1979 The effectiveness of psychodramatic double method, the reflection method, and lecturing in the training of empathy. *Journal of Clinical Psychology*. April 1979, Vol 35(2). Hoboken, New Jersey: Wiley-Blackwell. s. 370-375.
- Knuuttila, Simo  
1997 Emootiot 1300-luvulla. *Tunteet*. Toim. Ilkka Niiniluoto & Juha Räikkä. Helsinki: Helsinki University Press.
- Knuuttila, Simo  
2004 Emotions in Ancient and Medieval Philosophy. Oxford: Clarendon Press.
- Knuuttila, Simo  
2017 Klassiset tunneteoriat ja niiden muunnokset uuden ajan alun filosofiassa. *Ajatusten lähteillä*. Toim. Mikko Myllykangas & Petteri Pietikäinen. Helsinki: Gaudeamus. s.118–150.
- Knuuttila, Simo  
2018 Medieval Theories of Emotions. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Summer 2018 Edition), Toim. Edward N. Zalta. Saatavissa 10.5.2020: <https://plato.stanford.edu/entries/medieval-emotions/>
- Kemper, Theodore D.  
2006 Power and Status and the Power-Status Theory of Emotions. *Handbook of the Sociality of Emotion*, Toim. Stets, Jan & Turner, Jonathan. Berlin: SpringerNature. s.87–113.
- Krueger, Joel & Szanto, Thomas  
2016 Extended Emotions. *Philosophy Compass* 2016; 11. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons Ltd. pp.863–878.
- Martela, Frank  
2014 Onnellisuuksien psykologia. *Positiivisen psykologian voima*. Toim. Lotta Uusitalo-Malmivaara. Jyväskylä: PS-kustannus. s.30–62.
- McCulloch, Gregory  
1995 The mind and its world. London: Rotledge.
- Müller-Funk, Wolfgang & Westerlink, Herman  
2009–2011 Introduction. *Psychoanalysis, Monotheism and Morality. The Sigmund Freud Symposia 2009–2011*. Toim. Müller-Funk, Wolfgang & Strasser, Inge, Stcholz & Westerlink, Herman. Leuven: Leuven UniversityPress. s.9–14.
- Niiniluoto, Ilkka  
1997 Tunne-kollekvion alkusanat. *Tunteet*. Toim. Ilkka Niiniluoto & Juha Räikkä. Helsinki: Helsinki University Press. s.5–10.
- Niiniluoto, Ilkka  
1997 Tunne ja tieto. *Tunteet*. Toim. Ilkka Niiniluoto & Juha Räikkä. Helsinki: Helsinki University Press. s.109–117.

- Oksanen, Mika  
1997 Perustunteet fenomenologiassa ja analyttisessä filosofiassa. *Tunteet*. Toim. Ilkka Niiniluoto & Juha Räikkä. Helsinki: Helsinki University Press. s.77–105.
- Plato  
2000 Timaeus. Informations, Inc., ProQuest Ebook Central. (Alun perin julkaistu noin 360 BCE.) Saatavissa 31.1.2020: <https://ebookcentral-proquest-com.libproxy.helsinki.fi/lib/helsinki-ebooks/detail.action?docID=3314710>.
- Plato  
2000 Symposium. Informations, Inc., ProQuest Ebook Central. (Alun perin julkaistu noin 387–355 BCE.) Saatavissa 13.2.2020: <https://ebookcentral-proquest-com.libproxy.helsinki.fi/lib/helsinki-ebooks/detail.action?docID=3314729>
- Pessi, Anne Birgitta & Martela, Frank  
2017 Myötätuntoista ihmistä ja työelämää etsimässä. *Myötätunnon mullistava voima*. Toim. A.B. Pessi, F. Martela & M. Paakkanen. Jyväskylä: PS-kustannus. s.12–33.
- Pihlgren, Ann S.  
2008 Socrates in the Classroom. Rationales and Effects of Philosophizing with Children. Stockholm: Stockholm University. Saatavissa 10.5.2020: <https://www.dissertations.se/dissertation/0b5892b546/>
- Pihlström Sami  
2013 Pragmatic Realism and Pluralism in Philosophy of Religion. *William James on Religion*. Toim. Henrik Rydenfelt & Sami Pihlström. Hampshire: Palgrave Macmillan. s.78–107.
- Pihlström Sami  
2018 Ota elämä vakavasti. Negatiivisen ajattelijan opas. Helsinki: ntaamo.
- Roeckelein, J.E.  
1998 Dictionary of Theories, Laws, and concepts in Psychology. Westport, Conn: Greenwood Publishing Group.
- Roberts, Robert  
2016 Emotions in the Christian Tradition. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2016 Edition), Toim. Edward N. Zalta. Saatavissa 10.5.2020: <https://plato.stanford.edu/entries/emotion-Christian-tradition/>
- Rogers, Kimberley, Dziobek Isabel, Hassenstab, Jason, Wolf, Oliver T. & Antonio, Convit.  
2007 ”Who cares? Revisiting empathy in Asperger syndrome.” *Journal of Autism and Developmental Disorders* 37, no4 (2007). Berlin: SpringerNature. s.709–715.

- Rogers Kimberly B., Tobias Schröder & Christian von Scheve  
2019 Dissecting the Society of Emotion: A Multi-Level Approach. Running Head: Dissecting the Sociality of Emotions. (A manuscript accepted for publication in *Emotion Review*).
- Ruoho, Aila  
2013 Päästä meidät pelosta. Hengellinen väkivalta uskonnollisissa yhteisöissä. Vantaa: Kustannusosakeyhtiö Nemo.
- Ruoho, Aila & Ilola, Vuokko  
2014 Usko, toivo ja raskaus. Vanhoillis-lestadiolaista perhe-elämää. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy.
- Ruoho, Aila  
2015 Vartiotornin varjossa. Toisenlainen totuus jehovantodistajuudesta. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy.
- Scarantino, Andrea & de Sousa, Ronald  
2018 Emotion, *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2018 Edition), Toim. Edward N. Zalta. Saatavissa 10.5.2020: <https://plato.stanford.edu/archives/win2018/entries/emotion/>
- Schleiermacher, Friedrich  
1963 The Christian Faith. Volume 1. Ed. H.R Machintosh & J.S. Stewart. New York & Evanston: Harper Torchbooks. (Alun perin julkaistu 1928.)
- Schroeder, Frederic M.  
2004 Philodemus: Avocatio and the Pathos of Distance in Lucretius and Vergil. *Vergil, Philodemus and the Augustans*. Toim. David Armstrong, et al. Austin: University of Texas Press. s.139–156.
- Seybold, Kevin S. & Hill, Peter C.  
2016 The Role of Religion and Spirituality in Mental and Physical Health. *Current Directions in Psychological Science*. February 2001, Vol.10(1). Thousand Oaks: SAGE Publishing. s.21–24.
- Shanton, Karen & Goldman, Alvin  
2010 Simulation theory. *WIREs Cognitive Science* /The WIREs publications. Saatavissa 10.5.2020: <https://fas-philosophy.rutgers.edu/goldman/Simulation%20Theory.pdf>
- Snyder, Timothy  
2015 Black Earth. The Holocaust as History and Warning. New York: Tim Duggan Books.
- Stueber, Karsten  
2013 Empathy. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Spring 2018 Edition). Toim. Edward N. Zalta. Saatavissa 10.5.2020: <https://plato.stanford.edu/archives/spr2018/entries/empathy/>

- Thagard, Paul  
 2019 Cognitive Science. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Spring 2019 Edition), Toim. Edward N. Zalta. Saatavissa 10.5.2020: <https://plato.stanford.edu/entries/cognitive-science/#His>
- Taliaferro, Charles  
 1998 Contemporary Philosophy of Religion. Oxford: Blackwell Publishers.
- Underhill, Evelyn  
 1920 The Essentials of Mysticism and Other Essays. Oxford: Oneworld Publications, 1995.
- Uusitalo-Malmivaara, Lotta  
 2014 Positiivinen psykologia – mitä se on? *Positiivisen psykologian voima*. Toim. Lotta Uusitalo-Malmivaara. Jyväskylä: PS-kustannus. s.18–27.
- Zahavi, Dan  
 2010 Empathy, Embodiment and Interpersonal Understanding: From Lipps to Schutz. *Inquiry*, Vol. 53, No 3. June 2010. s.285–306. Saatavissa 10.5.2020: [https://cfs.ku.dk/staff/zahavi-publications/Empathy\\_-\\_Embodiment.PDF](https://cfs.ku.dk/staff/zahavi-publications/Empathy_-_Embodiment.PDF)
- von Scheve, Christian & von Luede, Rolf  
 2005 Emotion and Social Structures: Towards an Interdisciplinary Approach. *Journal for the Theory of Social Behavior* 35:3 0021-8308. Toim. John Sabini. Malden: Blackwell Publishing Inc. s. 139–156.
- Wynn, Mark  
 2009 Emotional Experience and Religious Understanding. Integrating Perception, Conception and Feeling. Cambridge: Cambridge University Press. Saatavissa 10.5.2020: <https://doi.org/10.1017/CBO9780511610509>
- Wynn, Mark  
 2013 Renewing the Senses: a Study of the Philosophy and Theology of the Spiritual Life. Oxford: Oxford University Press.